**«ПАПА, МАМА, Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ»**

**СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК**

**ДЛЯ УЧАЩИХСЯ И РОДИТЕЛЕЙ К 23 ФЕВРАЛЯ В 6 КЛАССЕ.**

**Оформление спортивного зала:** лозунги-плакаты:

«Хочешь быть сильным – бегай!», «Хочешь быть красивым – бегай!», «Хочешь быть умным – бегай!», «Спорт – это здоровье», «Спорт – это успех», «Спорт – это дружба», «Спорт – сильнее всех», «Нет большей победы, чем победа над собой».

**Оборудование:** маты, гимнастические палки, баскетбольные мячи, ролики, скейты, скамейки, скакалки, мешки, коробки, ласты, маски, веревки, прищепки.

**Ведущий 1-й:** Здравствуйте, дорогие друзья! Сегодня команды самых ловких, сообразительных и умных ребят докажут в честном и открытом поединке, что они достойны звания "Чемпионы!". Сегодня на нашей площадке: в соревнованиях «Веселые старты» встречаются команды: родителей и детей.

**2-й:** Пусть дружба объединит две разные по возрасту команды в один дружный и сплоченный коллектив и пусть нашим девизом станут простые слова: «Неразлучные друзья - взрослые и дети».

**1-й:** Пусть сегодня товарищеская встреча будет по-настоящему товарищеской. Я призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успеха. Пусть победит сильнейший!

**2-й:**

А сейчас мы познакомимся с главными действующими лицами нашего спортивного праздника.

Папы, два шага вперед! Раз, два!

Вот они перед нами – слегка бодрые, только местами подтянутые и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно – мы узнаем позже.

**1-й:**

Мамы, два шага вперед! Раз, два!

Посмотрите на них! Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки: плита, бег по кухне, бег по магазинам, стирка, уборка. И даже ежегодные передышки 8 марта не выбивают их из колеи. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своей команде.

**2-й:**

Все хотят соревноваться,

Пошутить и посмеяться,

Силу, ловкость показать

И сноровку доказать.

**1-й:** И другая команда – это наши дети. Детвора, два шага вперед! Раз, два! Это они еще с пеленок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружную команду, ставя перед собой все новые задачи: тяжело в учении, легко в бою.

Посмотрите-ка, у нас

Здесь собрался пятый класс,

Ловкие и смелые

Сильные, умелые

Рядом с ними - папы, мамы.

Папы бросили диваны,

Мамы бросили кастрюли

И костюмы натянули.

**2-й:**

Этой встрече все мы рады,

Собрались не для награды.

Нам встречаться чаще нужно,

Чтобы все мы жили дружно!

**1-й:**

С нами здесь еще учительница -

Наша классная руководительница.

Волнуется и беспокоится,

Обо всех заботится.

**2-й:**

И еще на праздник в зале

Мы гостей к себе позвали,

Убедитесь, что у нас

Самый дружный в школе класс!

**1-й:**

И еще хочу добавить

И арбитров вам представить.

Елена Александровна - тренер хороший!

И словом, и делом в спорте поможет.

Ей всегда помочь готовы

Завучи нашей школы.

Наталья Ивановна и Ольга Юрьевна мы просим вас принять участие в нашем празднике в качестве спортивных судей и приглашаем вас занять место за судейским столиком.

**2-й:** А перед началом соревнований команды произнесут торжественную клятву.

**Клятва:**

Клянетесь ли вы взрослые и дети:

* участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят, и уважать заведомо слабого соперника; Клянетесь?
* клянетесь бежать только в указанном судьей направлении - шаг вправо, шаг влево считается попыткой к бегству;
* клянетесь продвигаться только на тех конечностях, которые разрешают правила;
* клянетесь соблюдать олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее», что значит: быстрее ветра не бежать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника судью не бить;
* клянетесь не прыгать в ширину и не нырять в глубину;
* клянетесь использовать спортинвентарь строго по назначению - гирями более 16 кг в соперников не бросать;
* клянетесь подножки сопернику не подставлять, упавших не добивать, утопающих не спасать;
* клянетесь громче болельщиков не кричать, кроссовками в них не кидать;
* клянетесь не оставлять в беде семьи пострадавших;
* клянетесь соблюдать на дистанции чистоту, бумажки от конфет не бросать, сломанные руки и ноги не разбрасывать;
* клянетесь соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды;
* клянетесь не подраться из-за первого приза, но победить любой ценой.

**1-й:** Объявляю товарищескую встречу между командами учеников 5-го класса и их родителями открытой! Соревнования пройдут по нескольким видам. Напоминаю, что за победу в каждом виде команда-победительница получает 3 очка, а проигравшая команда получает 1 очко, в случае ничейного исхода, если таковой будет, команды получают по 2 очка.

**2-й:** Объявляю первый конкурс. Он называется **«Вот такие мы!»**

Командам нужно представить себя сопернику и жюри. Судьи оценивают содержание приветствия, организованность, сплоченность команды, остроумие. Задача команд: придумать название и девиз команды. У вас 5 минут. Поехали!

**Приветствие команды родителей**

Название: «Кеды».

Девиз: «Вспомним старые победы и опять наденем кеды».

**Приветствие команды детей**

Название :

Девиз:

**1-й:** Жюри оценивает выступление, записывает данные в таблицу и объявляет нам итоги только после двух конкурсов.

**2-й:** Пожелаем успеха обеим командам в предстоящих соревнованиях и перейдем к нашему следующему конкурсу, Перед любыми соревнованиями нужно как следует провести разминку, подготовить свое тело к физическим нагрузкам, размять все мышцы, все как полагается у серьезных спортсменов. Сейчас команды одновременно будут проводить разминку под руководством своих капитанов, а мы посмотрим, насколько качественно, эффективно, весело и опять-таки дружно и согласованно команды подготовят себя к дальнейшим стартам. **И так «Шуточная разминка».**

Ваша задача: В течение трех минут согреть все группы мышц. Первая команда взрослых занимает левую сторону площадки, а команда детей правую сторону площадки. Помните, разминка называется «Шуточная». И так, готовы, поехали!

Звучит музыка «Утренняя гимнастика».

**1-й:** Подведем итоги двух конкурсов: «Приветствие» и «Разминка». Слово жюри.

**2-й:** Команды выстраиваются для проведения спортивных эстафет на линию старта. Построились?! Готовы слушать условие первой эстафеты.

**Первая эстафета: «Переправа».**

***(Инвентарь: два больших обруча).***

В руках первой тройки по 2 гимнастических обруча. По сигналу они кладут на пол один обруч и становятся в него, затем на расстоянии вытянутой руки кладут второй и перепрыгивают в него. Забирают первый. И так, раскладывая обручи и перепрыгивая из одного в другой, достигают указателя – ориентира, обозначающего противоположный берег. А оттуда вся тройка бегом в двух обручах возвращается на место старта. Посмотрите, как это должно быть. (Показываем).

**1-й:** Ну, что согрелись, потрясли костяшками! Готовы дальше в честной борьбе идти к победе! Не слышу! Готовы! Ну, если готовы, то внимательно слушаем условие второй эстафеты.

Она называется: **«Змей Горыныч».**

***(Инвентарь: 4 веревки одинаковой длины).***

Команды по 3 человека, связывают попарно ноги. Правую ногу первого игрока и левую ногу второго игрока связываем одной веревкой. А правую ногу второго игрока и левую ногу третьего другой веревкой. (Показываем, как это должно быть.) Вот это змей Горыныч. Надо допрыгать вместе до другого берега, развязать ноги и обратно бегом. Не потеряйте веревки! Все понятно?! Готовы к борьбе? Не слышу! Ну, тогда: На старт, внимание, марш!

**2-й:** Команды отдыхают, восстанавливают дыхание. Родителям врач не нужен? Ну, тогда слово жюри. Итоги двух конкурсов.

**1-й:** Отдохнули. Слушаем условие следующей эстафеты**: «Юный водолаз».**

***(Инвентарь: ласты, маски).***

Команды опять играют в тройках. К противоположному берегу бегут все в тройках, взявшись за руки. Но задача усложняется тем, что девочки выполняют бег в ластах и маске. Обратный путь все совершают тоже бегом, взявшись за руки, но водолаз должен снять ласты. Посмотрите, как это будет происходить. (Показываем). Понятно?! Не слышу! Ну, тогда: На старт, внимание, марш!

**2-й:** Не унываем! Стараемся! Все еще впереди.

Запоминаем условие следующей эстафеты: **«Конек-горбунок».**

***(Инвентарь: 2 скейта, 2 баскетбольных мяча, 2 коробки).***

Мальчики должны довести девочку до другого берега и не просто так, а на скейте. Вот это задачка! Вы спросите, а где конек – горбунок. Нужно положить на спину (на уровень поясницы) баскетбольный мяч и придерживать его руками, доехать до другого берега забросить мяч в коробку, которая стоит на полу. И только после этого отправляться бегом в обратный путь всем вместе, не забыв всю экипировку. Значит мяч из корзины нужно забрать. (Показываем). Понятно! Готовы! На старт, внимание, марш!

**1-й:** Команды отдыхают, восстанавливают дыхание. Кто грустит, кто радуется. Все целы, все здоровы! Ну, тогда слово жюри. Итоги двух конкурсов.

**2-й:** Следующая эстафета называется: **«Матрешка».**

***(Инвентарь: 2 роликов, платки на голову 10 шт., 2 гимнастические палки, 2 девочки).***

Команды работают в тройках. Девочки на старте повязывают на себя платочек, одевают ролики, берутся за гимнастическую палку. Мальчики везут свою матрешку на другой берег. Там участница команды повязывает свой платок на голову сидящей девочки. И только после этого мальчики увозят её к старту. И так следующие участники, пока на голове у сидящей матрешки не окажется 5 платков. Все понятно! Готовы?! Не слышу! На старт, внимание, марш!

**1-й:** Следующая эстафета называется**: «Большая стирка».**

***(Инвентарь: 30 больших прищепок, обувь с ног участников).***

Слушаем правила эстафеты: помним, что мы играем в тройках.

На натянутую веревку тройки поочередно вешает прищепки, разуваются и вешают на прищепку свой кроссовок, как только все трое разулись и повесили сушить свою обувь, взявшись за руки, возвращаются к линии старта. И так пока все не останутся в одной кроссовке. И только после этого к веревке бежит капитан, он собирает всю обувь в мешок и несет обратно. Высыпает и здесь наступает самое трудное. Задача всех игроков: найти свою обувь, обуться как можно быстрее и построиться. Услышали ?! Нужно построиться!!! Побеждает команда выполнившая задание за минимальное количество времени. (Показываем, как это должно быть.) Игра начинается по сигналу судьи. Заступать за линию старта запрещается. Все понятно?! Готовы к прохождению эстафеты? Не слышу! Ну, тогда: На старт, внимание, марш!

**2-й:** Команды восстанавливают дыхание, жюри подводит итоги. Мы приготовим инвентарь для заключительной, сложной и большой эстафеты. Инвентарь готов. Слово жюри.

**1-й:** Пусть жюри весь ход сраженья   
Без промашки проследит.   
Кто окажется дружнее,

Тот сегодня победит.

Слушаем условие заключительной эстафеты **«Полоса препятствий»**. И не зря она называется большая.

Играть все будут поочерёдно, то есть один за другим. Нужно пролезть под барьером, пробежать по лавочке, взять скакалку в обруче попрыгать на месте 3 раза, добежать до мата и кувыркнуться, и дальше взяв мяч из коробки прыгать на баскетбольном мяче как кенгуру. Обогнуть стул, прыгая добраться до коробки, оставить мяч. И дальше бегом к линии старта. Готовы! На старт, внимание, марш!

**2-й:** Сегодня мы еще раз убедились, как хорошо, когда все вместе: и дети, и родители, и учителя. Мы верим, что если каждый день мы будем вместе, то наших детей ждет радостное и счастливое будущее.

Огромное спасибо семейным командам за участие в нашем празднике, а зрителям – за внимание.

Желаем счастья вам!

Чтоб все мечты сбывались!

С хорошим настроением

Чтоб вы не расставались!

Здоровья вам на сотни долгих лет,

А это, право, дорогого стоит!

В работе – много творческих побед!

В семейной жизни – мира и покоя!

Жюри подводит итоги, и командам-победительницам вручаются призы.