**Сценарий**

**спортивного праздника для учащихся 5 классов и их родителей «Папа, мама, я – спортивная семья!»**

**Сценарий составила:** Лесняк Елена Алексеевна - учитель физической культуры МБОУ СОШ № 20 г. Вяземского Вяземского района Хабаровского края.

**Цель:**

Организовать здоровый отдых семьи.

**Задачи:**

1. Привлечь детей и родителей к регулярным занятиям физической культурой и спортом.
2. Мобилизовать внимание родителей на укрепление внутрисемейных отношений по средствам физической культуры.
3. Создать условия для развития положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом в целях оздоровления.
4. Определить сильнейшую команду.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Длительность праздника:** 45 минут.

**Количество участников:**

12 человек + болельщики, ведущая, судьи и девочки с показательными выступлениями.

**Оборудование:**

1. резиновый мяч
2. баскетбольные мячи
3. мешки для прыжков
4. скакалки
5. клюшки и шайбы
6. ворота хоккейные
7. поворотные конусы

**Предварительная подготовка:**

1.Оповестить родителей и детей о проведении праздника.

2. Выбрать семьи для участия в соревнованиях.

3. Разучить стихотворения с участниками соревнований.

4. Пригласить девочек с танцевальной композицией.

5. Оповестить судей об участии в празднике.

6. Подготовить протоколы состязаний.

7. Напечатать грамоты для награждения команд.

8. Закупить подарки участникам.

9. Подобрать музыку к празднику.

**Ход праздника.**

**Звучит спортивный марш. В зал входят участники праздника – семейные команды.** В соревнованиях принимают участие 4 семейные команды из 5 «Б» класса.

**Ведущая:** Здравствуйте, семьи, болельщики, судьи! Мы рады приветствовать всех Вас в нашем зале! Позвольте начать сегодняшний праздник «Папа, мама, я - спортивная семья!» с представления участников. Перед Вами 4 замечательные спортивные семьи: семья Мороз, семья Маер, семья Карповых, и семья Кость.

Семья – это счастье, любовь и удача,

Семья – это летом поездки на дачу.

Семья – это праздник, семейные даты,

Подарки, покупки, приятные траты.

Рожденье детей, первый шаг, первый лепет,

Мечты о хорошем, волненье и трепет.

Семья – это труд, друг о друге заботы,

Семья – это много домашней работы.

Семья – это важно!

Семья – это сложно!

Но счастливо жить одному не возможно!

Всегда будьте вместе, любовь берегите,

Обиды и ссоры подальше гоните,

Хотим, чтоб про Вас говорили друзья:

Какая хорошая эта семья!

Давайте поприветствуем наши семьи и пожелаем им успехов в сегодняшних соревнованиях!

А оценивать выступление наших семей будут честные и справедливые судьи. Главный судья – завуч по воспитательной работе - Алексеева Ирина Владимировна, классный руководитель 5 «Б» класса – Козубова Лилия Петровна и учитель физической культур - Лашин Владимир Митрофанович.

Все готово для состязаний! Можно начинать праздник!

**Стихотворение читает Кость Юлия – участница состязаний.**

Как приятно в нашем зале видеть множество гостей.

В школе нашей будет праздник - состязание семей!

Я участвую, конечно, а со мной моя семья.

Поддержите нас, ребята,

Мы постараемся, друзья!

**Стихотворение читает Мороз Влад – участник состязаний.**

Ну и я сегодня тоже маму с папой к Вам привел.

Дружно будем состязаться, лишь бы я их не подвел.

Я стараться буду очень,

Ведь победа нам нужна.

Всем сегодня мы покажем,

Что способная семья!

**Стихотворение читает Карпов Сергей – участник состязаний.**

Мы пришли сегодня к Вам не только за наградой.

Физкультура, спорт, здоровье – вот что нам всем надо!

Дружно, весело, отлично проведем мы день!

Всей семьей повеселимся и найдем друзей!

**Стихотворение читает папа Маер Даши и Даша – участники состязаний.**

Сегодня Даша к нам пришла, сказала:

**Слова Даши:**

«Надо в школу

Зайти и маме и отцу!»

**Папа:**

«Вот еще новость!»

Конечно, брови я нахмурил и посмотрел сердито.

«Что натворила дочь моя? Все, твоя карта бита!»

Но дочь спокойно говорит:

**Слова Даши:**

«Ты папа не спеши,

Обуй кроссовки, одень форму, и маме ты скажи,

Что всей семьей мы выступаем на школьном празднике у нас.

Ведь все ребята в школе знают, что нет семьи спортивней нас!»

**Ведущая.** Вы только посмотрите, какие у нас замечательные, дружные команды!

Так давайте же посмотрим, на что они способны на самом деле. Итак, **первый конкурс «Прыжки на скакалке».**

Каждому члену семьи выдается скакалка. В течение 30 секунд участники выполняют прыжки на двух ногах на скакалке, а судьи фиксируют количество прыжков. Затем суммируют прыжки всех представителей команды и заносят в протокол. Выигрывает та команда, которая выполнит наибольшее количество прыжков.

**Ведущая.** А все-таки наши команды действительно дружат со спортом. Вы видели, как отлично они справились с первым испытанием. Если так пойдет и дальше, нам в конце праздника необходимо будет вручать им значки ГТО.

Но мы немного отступили от нашей программы. Давайте продолжим наш праздник.

**Второе испытание «Полоса препятствий».**

Начинают полосу препятствий мамы. Они стоят за лицевой линией волейбольной площадки. По сигналу ведущего, выполняют бег к противоположной лицевой линии. Там их с нетерпением ждут папы и дети. Папы берут на руки детей и бегут с ними на место, с которого начинала бег мама. Папа остается на месте, а ребенок берет в руки клюшку и выполняет фигурное ведение через фишки шайбы, добегая до зоны удара, совершает удар по воротам и забирает за лицевой линией (за воротами) маму. Вместе они бегут к финишу, где находится папа. Выигрывает команда, пришедшая на финиш первой и совершившая результативный удар по воротам.

**Ведущая**. Вы все просто молодцы! Пока вы замечательно справляетесь с нашими заданиями. Но Вы видите, что наши задания с каждым разом становятся все сложней и сложней.

А сейчас мы проверим ваши знания в области физическая культура и спорт.

**Третье испытание «Знатоки спорта».**

Уважаемые семьи, сейчас я раздам Вам конверты, в которых находятся вопросы, касающиеся физической культуры и спорта, а Вы должны как можно быстрее на них ответить.

Чтобы зрители не скучали во время конкурса, все вопросы мы вывели на экран. Вы тоже можете ознакомиться с ними и попробовать на них ответить. Победит та команда, которая ответит быстро и правильно.

**Вопросы:**

**Необходимо выбрать правильный ответ.**

**1.Олимпийский девиз.**

а) «Сильнее, выше, быстрее!»

б) «Быстрее, выше, сильнее!»

в) «Выше, сильнее, быстрее!»

**2. Основной символ Олимпийских игр.**

а) медведь

б) пять колец

в) чебурашка

**3.Основоположник Олимпийских игр современности**.

а) А.Д. Бутовский.

б) Пьер де Кубертен

в) В.И. Срезневский.

4. **Назовите виды спорта, вошедшие в программу по физической культуре в школе.**

а) волейбол, баскетбол, футбол, лыжи, гимнастика, легкая атлетика

б) хоккей, легкая атлетика, футбол, гимнастика, лыжи, коньки

в) баскетбол, лыжи, гимнастика, коньки, легкая атлетика, волейбол

**5. С какого приема начинается игра в волейбол?**

а) с приема двумя руками снизу, сверху

б) с нападающего удара

в) с подачи мяча

**6. Спринтерский бег (дистанции).**

а) 60 и 100 метров

б) 30 и 60 метров

в)100 и 200 метров

**7. Снаряд для метания на уроках физической культуры в школе.**

а) мяч, граната

б) копье, граната

в) диск, мяч

**8. Ваши действия при получении ушиба.**

а) наложить повязку

б) приложить лед

в) смазать зеленкой или йодом.

**9. Внешние признаки утомления.**

а) изменение цвета кожи, нарушение координации движений

б) повышенное выделение пота, нарушение ритма дыхания

в) все выше перечисленное

**10. В какой форме необходимо работать на уроках физической культуры в спортивном зале?**

а) спортивные шорты, майка, кроссовки или кеды.

б) джинсы, рубашка, кроссовки

в) бриджи, гетры, в носках

**Ведущая.** Достаточно быстро Вы справились с теоретическим заданием, но насколько правильно, решат наши судьи. А мы с Вами продолжим испытания.

**Четвертое испытание «Эстафета прыгуны».**

На стартовой линии располагаются семьи. Первым стартует папа, который зажав, баскетбольный мяч между колен, прыгает до поворотного конуса. Назад возвращается бегом с мячом в руках. Второй стартует мама. Она с завязанными скакалкой ногами, прыгает также до поворотного конуса, а назад развязав ноги, бежит со скакалкой в руках. Третьими стартуют капитаны команд. Они выполняют прыжки в мешках, а папы и мамы страхуют их с обеих сторон. Папа придерживает одну сторону мешка, а мама другую. Капитан двигается в мешке до поворотного конуса и обратно. Выигрывает команда, пришедшая на финиш первой.

**Ведущая.** Замечательно справились и с этим испытанием наши семьи. Немного подустали команды, дадим им небольшую передышку, чтобы они могли набраться сил перед последним испытанием. А пока команды отдыхают, мы с Вами посмотрим музыкальную композицию с предметами, которую нам исполнят девочки 6 «Б» и 7 «А» классов.

Звучит музыка, и девочки выполняют композицию с мячами, обручами и лентами.

Спасибо большое девочки за номер. Он нам очень понравился. Мы получили великолепный заряд бодрости. Но нам надо завершать программу, и мы переходим к **последнему испытанию. Оно называется «Выжигалы».**

Три команды располагаются по кругу, а четвертая в кругу. В руках одного из игроков за кругом резиновый мяч. Игроки за кругом должны как можно быстрее выбить команду, которая находится в кругу. Судьи засекают время. Как только всех игроков команды, расположенной в кругу выбьют, команды меняются местами. В круг становится другая команда. Выигрывает та, которая дольше всех продержится в центре площадки.

**Ведущая.** Молодцы команды! Большое Вам спасибо за участие! Мы получили массу положительных эмоций, наблюдая за Вами! Интересно узнать Ваше мнение. Понравились ли Вам соревноваться друг с другом? Если да, то потопайте ногами и похлопайте в ладоши.

**В зале стоит шум и гам.**

**Ведущая.** Хорошо, хорошо! А придете ли Вы еще раз к нам? Если да, то попрыгайте на месте.

**Все в зале прыгают.**

**Ведущая.** Как хорошо, что всем все понравилось и что мы еще раз с Вами встретимся! Но ведь чтобы участвовать в наших соревнованиях, надо быть в форме. Нет не в физкультурной, а в спортивной. Надо заниматься спортом и физической культурой, надо ходить в походы с семьей и закаляться, только тогда вы сможете победить в наших соревнованиях. Вот и судьи наши готовы объявить результаты соревнований. Кто же сегодня получит звание самой спортивной семьи? Слово предоставляется главному судье соревнований.

**Главный судья объявляет победителей.**

**Победителям вручаются памятные подарки.**

**Ведущая.**

Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех,

За азарт в соревнованиях,

Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим мы до свиданья!

До счастливых новых встреч!

**Звучит музыка, и участники покидают спортивный зал.**