**Семейно- спортивный праздник:**

**«Папа, мама ,я- спортивная семья!»**

Цели и задачи:

1. Развитие у детей интереса к физической культуре и спорту, понимание значения спорта в жизни человека.

2. Воспитание у родителей и детей интереса к совместному проведению досуга. Показать родителям уровень физической подготовленности их детей.

3. Развитие скоростно-силовых, координационных способностей у детей.

**Место проведения: спортивный зал школы.**

**Инвентарь и оборудование:**

мячи, обручи, скакалки, г.скамейки, булавы, г.маты.

Ведущий: Добрый день, дорогие гости!

Все (хором): Здравствуйте!

1 уч-к: Давно мы вас здесь ждем, поджидаем и для каждого из

Вас сегодня найдется и местечко и словечко.

2 уч-к: Гость есть гость – хозяину радость, а тем более сегодня к нам пришла большая дружная семья. Мы благодарим вас всех за то,что вы откликнулись на наше приглашение.

3 уч-к: Чем жива семья сегодня

Всех проблем не одолеть

Что в заботах и тревогах

Главное семью сберечь.

4 уч-к: Дом в котором мы живем

Самый лучший в мире дом

Память добрую о нем

Мы все жизнь в сердцах несем

Пусть тепло и добрый свет

Будут в нем на тысячу лет.

5 уч-к : Дом в котором мы живем

Это очень шумный дом

После разных дел с утра

В нем всегда идет игра.

6 уч-к : Папа, мама, словно дети,

Сами ждут минуты эти

Им на игры, право снова

Не хватает выходного

7 уч-к : А на празднике друзья

Нам без игр никак нельзя

Больше страсти, больше смеха

Пусть во всю идет потеха.

Ведущий: Приступать к оздоровлению ни когда не рано и ни когда не поздно. Лучше сделать этот шаг сегодня, а не завтра. Желаю вам успехов в состязании.

А сначала уважаемые родители и гости, дети покажут вам сказку «Репка.»,которую сочинил Ю. Кушак по мотивам русской народной сказки.

От автора: Возле дома огород.

Бабка с внучкой у ворот

Жучка – хвост колечком

Дремлет у крылечка.

На крыльцо выходит дед

Он в большой тулуп одет

Из открытого окна

Деду музыка слышна.

« На зарядку, на зарядку становись !»

Дед: У меня здоровье крепкое

Посажу-ка лучше репку я.

Автор: Лопату берет, идет в огород.

Бабка: И у бабки без зарядки

Слава богу все в порядке!

Автор : Рот разевает, громко зевает

Клонит бедную ко сну!

Внучка : С понедельника начну.

Автор : На лавку садиться, заплетает косицу.

( Выходят собака Жучка и кошка.)

Жучка : Поиграем лучше в прятки!

Кошка: Обойдемся без зарядки!

Автор : Жучка за кошкой,

Кошка - в окошко

Выходит мышка

В спортивных штанишках,

Майка на теле

В лапках гантели.

Мышка: Раз! И два! И три – четыре!

Стану всех сильнее в мире!

Буду в цирке выступать-

Бегемота поднимать !

Автор: Бегает, прыгает, лапками дрыгает.

Дед: Ох, умаялся с утра… (уходит )

Бабка : Да и мне на печь пора.

( бабка уходит или садится на скамеечку.)

Автор: На скамейке снова дед

Видит репу в огороде

И себе не верит вроде

Встал он возле репки

Репка выше кепки

Из открытого окна

Та же музыка слышна

Дед: Эх, бульдозер бы сюда,

Без него совсем беда!

Автор: Тянет - потянет –

Вытянуть не может

Дед: Где ты бабка ?

Бабка: Я сейчас !

Ай да репка удалась !

Автор: Бабка за дедку

Дедка за репку

Тянут – потянут –

Вытянуть не могут.

Внучка: Ломит спину, ноют ручки

Нет, не справится без Жучки.

Автор: Жучка за внучку,

Внучка за бабку,

Бабка за дедку,

Дедка за репку.

Тянут – потянут –

Вытянуть не могут.

Жучка: Разбудить придется кошку,

Пусть потрудится немножко !

Автор: Кошка за Жучку,

Жучка за внучку,

Внучка за бабку,

Бабка за дедку,

Дедка за репку.

Тянут – потянут-

Вытянуть не могут!

Бабка: Мышку кликнуть бы во двор.

Кошка: Мышку звать ? Какой позор !

Мы пока и сами

Кажется с усами.

Автор: Чем топтать без толку грядку –

Становитесь на зарядку.

Чтоб за дело браться,

Надо сил набраться !

Автор : Все выходят по порядку

Дружно делают зарядку.

Дед и бабка : Влево – вправо,

Влево – вправо !

Получается на славу !

Мышка : Встали ! Выдохнуть, вдохнуть !

А теперь пора тянуть !

Автор : Мышка за кошку,

Кошка за Жучку,

Жучка за внучку,

Внучка за бабку,

Бабка за дедку,

Дедка за репку.

Тянут – потянут –

Вытянули репку !

Ведущий : К чему призывает эта сказка ?

Мы не только делаем зарядку каждое утро,

Но и любим различные игры и соревнования.

Давайте приступим к состязаниям !

Учитель физической культуры :

В спортивном празднике принимают участие команды :

1.

2.

3.

Участник : Мама, папа мой и я,-

Мы спортивная семья !

С физкультурой, спортом дружим –

Лекарь нам совсем не нужен !

Спортивные состязания :

1 эстафета : Бег с ведением б.мяча.

Бежит папа с ведением мяча, обводит кеглю, возвращается назад, передает мяч маме. Мама выполняет тоже, затем ребенок.

2 эстафета: « Посадка картофеля.»

Мама бежит, расставляет кегли, обегает булаву, возвращается назад. Папа бежит, собирает кегли, обегает булаву, отдает их ребенку.

Ребенок, как и мама, их расставляет.

« Спортивный танец».

3 эстафета: «Бег пингвинов»

Мяч зажат между колен, прыжками обскакать кеглю и вернуться назад.

4 эстафета: Папа – прыжки через скакалку. ( за 30 сек. – кол-во раз.)

Мама – сбор грибов. ( глаза завязаны – на время.)

Ребенок - закрытыми глазами нарисовать солнышко.

Частушки.

5 эстафета: « Переправа.»

Папа в обруче обегает кеглю, возвращается назад, берет маму, они вдвоем, обегают кеглю и тоже возвращаются назад, папа остается , мама берет ребенка, они возвращаются назад. Мама остается ,ребенок бежит назад, обегает кеглю и финиширует.

6 эстафета : Папа - ведет б. мяч, обводит кеглю.

Мама – подбрасывая в.мяч, обегает кеглю и возвращается назад.

Ребенок – прыгая на мяче до кегли и назад.

8 уч-к : Если хочешь быть умелым

Ловким, быстрым ,сильным ,смелым.

Научись любить скакалку

Мячик, обручи и палку .

9 уч-к : Никогда не унывай

Дух и тело закаляй

Вот здоровья в чем секрет

Мы вам шлем физкульт – Привет !

7 эстафета : Папа - добегает до скамейки, перепрыгивает ее на 2-х ногах змейкой ( 8 прыжков.)Обегает кегли и бегом возвращается назад.

Мама – добегает до скамейки, ложится на живот и с помощью рук проползает до конца скамейки, обегает кегли и возвращается назад

Ребенок – добегает до скамейки, пробегает по ней, обегает кегли и возвращается назад.

9 эстафета : Папа и мама, стоя лицом друг к другу между их лбами зажат мяч, они обегают кеглю, так же возвращаются назад.

Мама и ребенок, связывают рядом стоящие ноги, обегают кеглю и возвращаются назад.

Папа и ребенок, ребенок упирается руками в пол, папа берет его за ноги и они обходят кегли ,затем папа сажает ребенка на спину и они возвращаются назад.

Подведение итогов, награждение участников.

Ведущий: На этом наш праздник «Папа ,мама я – спортивная семья !»

Подошел к концу

Большое спасибо дорогие родители и гости за ваше участие.