**Сценарий проведении физкультурного праздника**

**«Папа, мама, я – олимпийская семья»**

ХОД ПРАЗДНИКА

*(Команды строятся у входа в спортивный зал следующим образом: в две колонны ,рядом встают семьи из 1 и 2 потоков, ведут их инструкторы).*

*Команды строятся в колонну у обозначенных мест, дети встают впереди.*

*Звучит музыкальное сопровождение – спортивный марш.*

*Болельщики приветствуют их аплодисментами!*

**Ведущий (Светлана Сергеевна Валута):** Добрый вечер, дорогие друзья!

Мы рады приветствовать Вас сегодня на физкультурном празднике «Папа, мама, я – олимпийская семья!», посвященном значимому событию для нашей страны.

Сегодня в 20 часов 14 минут по московскому времени в Сочи пройдет открытие 22 – х зимних олимпийских игр!

Давайте поддержим наших спортсменов! И болельщики и команды скажем громко

«Россия, вперед! Страна победы ждет!!!» (произносят хором) Аплодисменты!!!!

Ну а в нашем спортивном зале сегодня будут кипеть не менее сильные спортивные страсти!!!! Будут соревноваться в ловкости, быстроте и силе дружные семьи.

Я представлю команды. На праздник прибыли.

Семья Полины Зеленовой, мама Наташа, дядя Пётр.

Семья Елизаветы Солодовниковой, мама Таня, брат Толя.

Семья Никиты Тимофеева, мама Наталья, брат Сергей.

Семья Анатолия Сулима, мама Юля, папа Алексей.

Семья Руслана Корнеева, мама Таня, папа Женя.

Болельщики, давайте поприветствуем наши команды громкими аплодисментами!!!!

**Ведущий:** Разрешите представить жюри соревнований:

1. ... …..
2. *Инструкторы: …….*

 *(один из судьей зачитывает клятву судей)*

«Обязуемся судить справедливо и честно,

Строго соблюдая правила

Не нарушая святых законов спортивной борьбы»

Все судьи: Клянемся, клянемся, клянемся.

**Ведущий:**

Командам Желаем от души, чтоб результаты ваши были хороши,

Чтоб не знали сегодня усталости, И доставили всем много радости!

Внимание! Команды готовы! И им сейчас даем мы слово! Команды, представьте Ваш девиз!

*(Команды по очереди произносят девиз)*

«Жить, не тужить - со спортом дружить»

«Если упал, поднимайся - иди, все победы впереди»

«Мы ловкие и смелые, азартные, умелые»

«Раз, два, три, четыре, пять - очень любим побеждать»

«Полный вперед и победа к нам придет!»

**Ведущий:** Представление команд состоялась. А теперь по традиции для открытия

соревнований, На флаг Российской Федерации – смирно!

*(Звучит гимн Российской Федерации)*

Вольно! Наш праздник открыт!!!!

**Ведущий:** А теперь я расскажу, как мы будем соревноваться! Участники, будьте внимательны!

Эстафеты будут проходить в два потока. Когда соревнуется первый поток, второй отдыхает.

В первый поток приглашаю семьи: Никиты Тимофеева, Толи Сулима, Руслана Конеева.

Семьи второго потока: Полины Зеленовой, Лизы Солодовниковой, пока отдыхают. Займите свободные места в зале.

Судьи, инструкторы, займите свои позиции.

**Программа соревнований «ПАПА, МАМА и Я – олимпийская семья».**

1. ***Разминка.***

Вначале задание выполняют все дети, затем - все мамы, затем - все папы.

***Условия выполнения:***

а) *капитаны – дети* выполняют приседания из И.П. – узкая стойка ноги врозь руки на пояс, стопы параллельно; затем присед – руки вперед, встать – руки на пояс и т.д. в течение 20 сек.

б) *мамы* – выполняют прыжки через обруч в течение 20 сек.

в) *папы* – из И.П. – стойка, упор присев, упор лежа, упор присев, встать. Выполняют упражнение - 20 секунд.

***Подведение итогов:***

Количество повторений суммируется. Места распределяются по наибольшей сумме: наибольшая сумма – 1 место и далее – по убывающей.

1. ***«Своя ноша не в тягость».***

***Условия выполнения:***

*Папа и Мама* берут «носилки» (2 гимнастические палки), на которые садиться их *ребёнок*. Необходимо ребёнка перенести до поворотной отметки и обратно.

***Подведение итогов:***

Засекается время выполнения задания командами. Наименьшее время – 1 место и т.д.

Или (в случае одновременного старта всеми командами), места распределяются по порядку финиширования: команда, финишировавшая первой – 1 место и т.д.

1. ***«Метко в цель!»*.**

Участники выстраиваются следующим образом

 Расстояние 1,5 метра Расстояние 1,5 метра

*Ребенок мама папа*

*с тенн.мячами 5 шт. с гимн. обручем с бумажной коробкой*

***Условия выполнения:***

По команде судьи *ребенок* из – за обозначенной линии выполняет метание мяча в обруч, который держит *мама* (на расстоянии 1,5 м.), *папа*, стоя за линией (расстояние 1,5 м. от *мамы*) ловит мяч в коробку, не заступая за линию.

Попадание не засчитывается, если:

 - мяч попал в коробку, но не пролетел в обруч;

 - *ребенок* или *папа* заступил за линию.

***Подведение итогов:***

Попадания в коробку суммируются. Места распределяются по наибольшей сумме: наибольшая сумма – 1 место и далее – по убывающей.

1. ***«Быстрые сороконожки!»***

Команды строятся в колонну , присев, положив руки на плечи впередистоящего – «сороконожки».

***Условия выполнения:***

По команде судьи, «сороконожки», не расцепляясь, продвигаются вперед до указанной отметки, пока последний участник не пересечет её.

Обратно:

- первым бежит ребенок к линии старта, за линией касается пола рукой, возвращается за мамой;

- вдвоем, держась за руки, бегут за линию старта, ребенок касается рукой пола, возвращаются за папой;

- втроем, держась за руки, финишируют, пробегая финишную линию как можно быстрее.

***Подведение итогов:*** места распределяются по порядку финиширования: команда, финишировавшая первой – 1 место и т.д.

1. **«Олимпийская»**

Участники получают «факел» и 5 «олимпийских колец» (обручей).

По команде судьи, необходимо взять обруч, факел, оббежать «змейкой» флажки до указанной отметки, положить обруч. То же выполняют следующие участники, пока не получатся «олимпийские кольца».

***Условия выполнения:***

Ребенок выполняет 3 забега (несет первый, третий и пятый обручи), родители – по одному забегу (несут второй и четвертый обручи).

***Подведение итогов:*** места распределяются по порядку финиширования: команда, финишировавшая первой – 1 место и т.д.

**Ведущая:** Уважаемые участники, болельщики, приглашаю Вас в столовую на чаепитие, а после, состоится процедура награждения.

*Подведение итогов соревнований.*

*Сообщение жюри о результатах команд.*

*Распределение мест.*

*Награждение команд.*

**Ведущий:** Уважаемые участники! Вот и закончились наши состязания.

Я желаю Вам следовать по жизни девизу

 «Я, Ты, Он, Она – вместе дружная семья!»

Спасибо всем огромное за участие и помощь в проведении праздника!

Здоровья, бодрости Вам и новых спортивных побед!

Так держать!

Приглашаю всех участников на коллективное фото.

*(участники фотографируются)*