**"Веселые старты" (соревнования между родителями и учениками)**

*Чтоб расти и закаляться  
Не по дням, а по часам,  
Физкультурой заниматься,  
Заниматься нужно нам!*

**Цели:**

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Совершенствование связи семьи и школы через привлечение родителей к совместным с детьми общешкольным мероприятиям.
3. Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой.
4. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

**Инвентарь:** *кегли, обручи, баскетбольные мячи, воздушные шары, надувные мячи, спортивные скамейки, 2 совка, 2 набора продуктов, 2 хозяйственные сумки, барьеры, ласты,.*

**Зал** *украшен воздушными шарами, гирляндами, плакатами.*

*Ведущий:* Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня в нашем спортзале! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”! И наш спортивный зал превращается в весёлый стадион! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

Но сегодня не совсем обычный спортивный праздник, т.к. посвящается он женскому дню 8 Марта! Поэтому начинаем мы его с поздравлений нашим дорогим мамам и учителям!

***Поздравление учащихся.***

Теперь пришло время познакомиться с участниками праздника. В соревнованиях участвуют 2женские команды по 6 человек:

1. команда родителей

2 команда учеников

***Представление команд*** (название, девиз, визитка).

***Жюри***.

А сейчас напутственные слова участникам соревнований.

***Выступление детей***.

*Если хочешь стать умелым,   
Сильным, ловким, смелым,  
Научись любить скакалки,  
Обручи и палки.  
Никогда не унывай,  
В цель мячами попадай.  
Вот здоровья в чём секрет –   
Всем друзьям – физкульт-привет!*

*Спорт, ребята, очень нужен,   
Мы со спортом очень дружим.  
Спорт – помощник!  
Спорт – здоровье!  
Спорт – игра!  
Физкульт – ура!*

*В мире нет рецепта лучше,  
Будь со спортом неразлучен,  
Проживёшь 100 лет –   
Вот и весь секрет!*

*Мы праздник мира, дружбы открываем.  
Спортивный праздник закипит сейчас!  
Мы спортом дух и тело развиваем,  
Он наполнит силой каждого из вас!*

Итак, с командами познакомились, жюри выбрали, напутствие услышали – пора начинать соревнование!

*1 эстафета.*

**“Разминка”.**

Добежать до противоположной стороны зала, огибая кегли; пролезть в обруч и бегом вернуться обратно.

*2 эстафета.*

**“Перекати поле”.**

Бежать спиной вперёд и с помощью обруча катить мяч до ограничительного знака и обратно.

*3 эстафета.*

**“Восьмёрка”**

Два обруча связаны между собой в виде восьмёрки.

4 участника бегут внутри обручей (по 2 в каждом) до ограничительного знака и обратно. У линии старта добавляется по одному человеку в каждый обруч, упражнение повторяется (в обруче 3 чел.), затем добавляется ещё по 1 человеку и упражнение снова повторяется (в обруче 4 чел.).

*4 эстафета*

**“Дружба”.**

Удерживая лбами большой надувной мяч и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.

*5эстафета.*

**“Сбор мусора”.**

По залу разбросаны воздушные шары. Не трогая шары руками, с помощью совка подцепить один шар, отнести его в “корзину” и вернуться обратно.

*6эстафета.*

**“За продуктами”.**

На противоположной стороне зала на тумбе лежат продукты (чай, соль, макароны, семечки, лимонад, лавровый лист, “Ролтон”, шпроты). Взяв хозяйственную сумку, участник отправляется “за продуктами”. Перепрыгнув через 2 барьера, добегает до тумбы, кладёт в сумку 1 продукт, возвращается обратно и передаёт сумку следующему игроку.

*7 эстафета.*

**“На ковре-самолёте”.**

Участникам предоставляется возможность побывать в роли Царевны-лягушки и покататься на “ковёре-самолёте”. В ластах добежать до ограничительного знака, снять ласты, сесть на “ковёр-самолёт”, взяться за него руками, и отталкиваясь ногами, добраться до конца зала и обратно до знака. Взяв в руки “ковёр” и ласты, бежать обратно.

*8 эстафета.*

**“Праздничная”.**

Добежать до противоположной стороны зала, взять 1 лист с буквой и вернуться обратно. Эстафета считается законченной, когда команда выстроилась, держа перед собой составленное слово.

*Использованные слова:* ***СЧАСТЬЕ! КРАСОТА! ВЕСЕЛЬЕ!***

В этот предпраздничный день желаем всем присутствующим женщинам и девочкам ***счастья, красоты*** *и* ***веселья.***

Пока жюри готовится огласить окончательные итоги, вас приветствуют учащиеся начальной школы:

***Танец “Разноцветная игра”***

***Подведение итогов***.

***Награждение команд***.

Команды награждаются шоколадными медалями и сладкими призами.

*Ведущий:* Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Ещё раз поздравляем всех с праздником! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!