**Сценарий спортивного праздника "Мама, папа, я — спортивная семья"**

**Цели:**

* Организация здорового отдыха семьи.
* Привить детям интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
* Развивать ловкость, силу, подвижность, активность, смекалку, внимательность.
* Воспитывать чувство коллективизма, доброжелательности.

**Оборудование на одну семью:**

Зал школы украшен спортивными флагами, шариками, плакатами – лозунгами**: Спорт – это здоровье. Спорт это дружба. Спорт – это успех. Всей семьёй - к здоровью.**

Транслируются спортивные песни, марши, веселая музыка.

Музыка смолкает.

**Ведущий 1.**Приветствует зрителей:

Добро пожаловать, гости дорогие!  
Веселья вам да радости желаем.  
Давно мы вас ждем-поджидаем,   
Праздник без вас не начинаем.

Звучит спортивный марш. Под аплодисменты входят команды-участницы.

**Ведущий №2:**В наших соревнованиях принимают участие семейные команды : представление команд.

Оценивать конкурсы будет жюри, в составе которого: представление жюри.

**Ведущий №1:**

Массовость спорта - залог трудовых побед семьи, хорошего настроения и отличного здоровья. Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселым на два. И даже с минутами. Не верите? Проверьте сами! И не важно, кто станет победителем в этих шуточных соревнованиях, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Давайте помнить о том, что преодолеть жизненные трудности нам с вами будет легче, если мы будем вместе. Я призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успеха!

**Ведущий №2**: спортивный праздник мы начинаем с разминки и со спортивной клятвы.

- Мы участники соревнований, торжественно клянёмся участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят и уважая заведомо слабого соперника. **Клянёмся!.**

- Клянёмся соблюдать олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее».

Что означает: быстрее ветра не бежать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника судью не бить. **Клянемся!.**

- Клянемся громче болельщиков не кричать, кроссовками в них не кидать. **Клянемся!**

- Клянемся соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды. **Клянемся!**

**Программа соревнований**

**1.Домашнее задание:**

**\* Представление команд**

**\* Название:** «Интернет», «Атас», «Звёзды».

**\* Девиз**:

1 команды.«Мы команда интернет – наш девиз проблемам - нет».

2 команды. «Мы ребята просто класс, при виде нас кричат Атас!».

3команды. «Светить всегда, светить везде и помогать друзьям в беде».

**\*Эмблема.**

**2. Конкурс «Разминка»**

Даётся слово «физкультура». Вам надо составить из него как можно больше слов, каждая буква используется один раз. Победителем будет команда назвавшая последнее слово. Время на раздумья 1 минута.

**3. Быстрые ноги**

Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих эстафетные палочки. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии, бежит по прямой до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает эстафетную палочку следующему участнику, а сам становится в конец своей колонны.

**4. Космические полеты**

Каждая семья строиться за общей линией старта в колонну по одному во главе с папой, а замыкающий - ребенок. Перед каждой колонной на расстоянии 15 м установлена поворотная стойка. У папы в руках гимнастический обруч. По сигналу он надевает его на пояс и бежит вперед, обегает стойку, возвращается к колонне и вместе с мамой в одном обруче проделывает то же самое. Затем к ним присоединяется ребенок, и они вместе совершают "космический полет". Выигрывает семья, участники которой быстрее вернуться в исходное положение.

**5. Посадка овощей**

В руках у детей маленькое ведро, в котором четыре предмета. Напротив команды ставятся «лунки». По сигналу дети бегут и сажают «овощи» в четыре «лунки» (по одному предмету), обегают указатели – ориентиры и, вернувшись к мама, передают ей ведро. Мама бежит с ведром в « огород» и собирает урожай из каждой «лунки», обегает указатель – ориентир и быстро возвращается к команде. Папа, получив ведро от мамы, бежит в «огород» и сажает в каждую «лунку» «овощи», обегает указатель – ориентир и возвращается к команде.

(жюри подводит итоги 5 эстафет).

**Учитель физкультуры**

Пока жюри подводит итоги, мы проведем игру со зрителями. Я буду загадывать загадки на спортивную тему, а вы хором отвечайте.

**Ясным утром вдоль дороги  
На траве блестит роса.  
По дороге едут ноги и бегут два колеса.  
У загадки есть ответ.  
Это мой::.. *(велосипед).***

**Кинешь в речку - он не тонет,   
Бьешь о стенку - он не стонет,  
Будешь оземь ты кидать,   
Станет кверху он летать.*(мяч)***

**Взял дубовых два бруска,   
Два железных полозка.  
На брусках набил я планки.  
Где же снег? Готовы:.. *(санки)***

**Ног от радости не чуя,   
С горки снежной вниз лечу я.  
Стал мне спорт родней и ближе.  
Кто помог мне в этом?.. (*лыжи).***

**Мчусь как пуля я вперед,  
Лишь поскрипывает лед  
И мелькают огоньки.  
Кто несет меня? *(коньки).***

**6. Эстафета с гимнастической палкой**

Каждая семья строится в колонну по одному за общей линией старта во главе с ребенком, замыкающий - отец. В каждой руке у ребенка - гимнастическая палка, на полу перед ним вдоль линии старта лежит еще одна гимнастическая палка. По сигналу он начинает обеими палками проталкивать вперед лежащую палку до поворотной стойки и назад. Затем то же выполняет мама. Отец заканчивает эстафету, пользуясь лишь одной палкой в руках. Выигрывает команда, которая раньше закончит эстафету.

**7. конкурс«Большая стирка».**

Ведущий:

Скажите семьи, а кто дома стирает бельё?

Следующий наш конкурс называется «Большая стирка».   
***Правила игры:***   
На натянутую веревку ребенок поочередно вешает прищепки, мама   -   платочки,   папа   снимает   платки   и   прищепки. Побеждает команда, выполнившая задание за минимальное количество времени.   
Игра начинается по сигналу судьи. Заступать за линию старта запрещается. Прищепки и платки вешать и снимать по 1 штуке.

**8. Эстафета с надувным шаром**

Участники строятся за общей линией старта в колонну по одному. У ребенка в руках надувной шар. По сигналу он, подбивая шар, продвигается вперед до поворотной стойки и обратно. Мама выполняет то же, но подбивает шар теннисной ракеткой, папа - гимнастической палкой. Побеждает семья, которая раньше выполнит задание.

**9. Эстафета с ведением мяча**

И.п. участников как в предыдущей игре. Перед каждой семьей на всем расстоянии до поворотной стойки расставлены еще три такие стойки. Ребенок прокатывает баскетбольный мяч зигзагообразно между стойками. Мама выполняет баскетбольное ведение. Папа - в положении упор сидя сзади продвигается вперед зигзагообразно между стойками, проталкивая ногами футбольный мяч. Семья, которая закончит эстафету первой, объявляется победителем.

**10. Эстафета с передачей мяча в парах и ведение.**

По сигналу первая пара (мама и ребёнок ) делает передачу мяча друг другу в движении от груди двумя руками. Добегает до указателя – ориентира, и мама остаётся. Ребёнок обратно ведёт мяч до линии старта, в паре с папой делают передачу мяча друг другу в движении. Добегают до указателей – ориентира и папа остаётся. Побеждает команда – семья, первой закончившая игру – эстафету.

( жюри подводит итоги 5 эстафет).

**Учитель физкультуры:**

**I игра- викторина для болельщиков:**

**1. В какой игре пользуются самым легким мячом? (настольный теннис)**

**2. Сколько игроков в баскетбольной команде? (пять)**

**3. В каком виде спорта самый низкий старт? (в подводном)**

**4. Назовите средства закаливания? (солнце, воздух, вода)**

**5. Назовите только женский гимнастический снаряд? (бревно)**

**6. Какой спортсмен бежал как угорелый (пожарник)**

**7. От кого нужно беречь защитников в игре? (от нападающих)**

**8. Как называют вратаря? (голкипер)**

**9. Участвовали женщины в древних Олимпийских играх? (нет)**

**10. В каком виде спорта спортсмены наносят друг другу уколы? (в фехтовании)**

**II игра- викторина для болельщиков:**

**1. В какой игре пользуются самым тяжелым мячом? (в баскетболе)**

**2. Сколько игроков в футбольной команде? (11)**

**3. В каком виде спорта самый высокий старт? (в парашютном)**

**4. Какому спортсмену нежелательно иметь открытое лицо? (боксеру)**

**5. Как называют игрока в футбол, который мечтает о безразмерных воротах? (нападающий)**

**6. Какой результат может быть в игре? (победа, поражение, ничья)**

**7. Каким нужно прийти к финишу (кроме первого), чтобы обратить внимание зрителей на себя? (последним)**

**8. Без чего судья не может выйти на поле? (без свистка)**

**9. Что требует зритель в хоккее? (шайбу)**

**10. Где проводились первые Олимпийские игры? (в Греции)**

***11.конкурс капитанов***

Вижу я со стороны

Команды в технике равны.  
Взглянуть хочу я побыстрей  
Чьи капитаны пошустрей.

На полу разложены шары (количество не ограничено). Капитаны команд должны садиться на воздушные шары так, чтобы они лопнули. Кто больше налопает шаров, тот и выиграл. После конкурса, все лопнувшие шары отдаются жюри для подсчета.

***12. конкурс «Интеллектуальный»***

**Загадки для команд:**

**Меня хлопали лопатой,   
Меня сделали горбатой.   
Меня били, колотили,   
Ледяной водой облили,   
А потом с меня, крутой,   
Все скатились гурьбой.   
*(Горка)***

**Ног от радости не чуя,   
С горки снежной вниз лечу я!   
Стал мне спорт родней и ближе.   
Кто помог мне в этом  
*(Лыжи)***

**На рояль я не похож,   
Но педаль имею тоже.   
Кто не трус и не трусиха,   
Прокачу того я лихо.   
У меня мотора нет.   
Как зовусь?  
*(Велосипед)***

**Взял дубовых два бруска,   
Два железных полозка.   
На бруски набил я планки.   
Дайте снег! Готовы...   
*(Санки)***

**Обгонять друг друга рады,   
Ты смотри, дружок, не падай!   
Хороши они, легки, быстроходные...  
*(Коньки)* Он лежать совсем не хочет,   
Если бросишь — он подскочит.   
Бросишь снова, мчится вскачь.   
Отгадай, что это?  
*(Мяч)***

**- Не пойму, ребята, кто вы?**

**Птицеловы? Рыболовы?**

**Что за невод во дворе?**

**- Не мешал бы ты игре,**

**Ты бы лучше отошел.**

**Мы играем в …(Волейбол)**

**Силачом я стать хочу.**

**Прихожу я к силачу:**

**- Расскажите вот о чем –**

**Как вы стали силачом?**

**Улыбнулся он в ответ:**

**- Очень просто. Много лет**

**Ежедневно, встав с постели,**

**Поднимаю я … (Гантели )**

**Вот серебряный лужок,**

**Не видать барашка,**

**Не мычит на нем бычок,**

**Не цветет ромашка.**

**Наш лужок зимой хорош,**

**А весною не найдешь.(каток)**

**Есть, ребята, у меня**

**Два серебряных коня.**

**Езжу сразу на обоих.**

**Что за кони у меня?**

**(Коньки)**

**Во дворе с утра игра,**

**Разыгралась детвора.**

**Крики: "шайбу!", "мимо!", "бей!" -**

**Значит там игра - …**

**(Хоккей)**

**По пустому животу**

**Бьют меня невмоготу;**

**Метко сыплют игроки**

**Мне ногами тумаки.(футбол)**

**Палка в виде запятой**

**Гонит шайбу пред собой. (клюшка)**

***13. конкурс* «Угадай что это?»**

Следующий конкурс, выявит умение наших семей, понимать друг друга без слов.  
Ведущий раздает одному из участников название вида спорта, участник должен без слов показать этот вид спорта, а остальная команда угадать, команда сама выбирает, кто будет показывать, а кто угадывать.

(баскетбол, футбол, фигурное катание, волейбол, хоккей, настольный теннис, лыжи, лёгкая атлетика, гимнастика).

**14. Перетягивание каната.**

(Жюри подводит итоги спортивного праздника)

**Учитель физкультуры:**

Пока жюри подводит итоги, мы проведем игру со зрителями. Я буду загадывать загадки на спортивную тему, а вы хором отвечайте.

**Ясным утром вдоль дороги  
На траве блестит роса.  
По дороге едут ноги и бегут два колеса.  
У загадки есть ответ.  
Это мой::.. *(велосипед).***

**Кинешь в речку - он не тонет,   
Бьешь о стенку - он не стонет,  
Будешь оземь ты кидать,   
Станет кверху он летать.*(мяч)***

**Взял дубовых два бруска,   
Два железных полозка.  
На брусках набил я планки.  
Где же снег? Готовы:.. *(санки)***

**Ног от радости не чуя,   
С горки снежной вниз лечу я.  
Стал мне спорт родней и ближе.  
Кто помог мне в этом?.. (*лыжи).***

**Мчусь как пуля я вперед,  
Лишь поскрипывает лед  
И мелькают огоньки.  
Кто несет меня? *(коньки).***

**Подведение итогов. Награждение.**

«Пусть всё это проста игра,

Но ею сказать мы хотели :

Великое чудо семья!

Храните её! Берегите её!

Нет в жизни важнее цели!».

**До свидание! До новых встреч.**