Сценарий спортивного праздника "Папа, мама, я – спортивная семья"

**Цели и задачи:**

Укрепление здоровья детей и их родителей.

Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства доверия и дружбы.

Пропаганда здорового образа жизни.

**Место проведения**: спортивный зал.

**Оборудование и инвентарь**:

Секундомер, рулетка, стойки (фишки), мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные), скакалки, обручи, мешки.

**Музыкальное сопровождение:** спортивный марш, детские песни, весёлая музыка.

**Участники:**Команды-семьи участвуют в количестве трех человек – папа, мама и ребенок – капитан команды.

**Награждение:**Победители и призеры награждаются грамотамии подарками.

**Сценарий конкурса.**

Под спортивный марш в зал входят и строятся команды – семьи, во главе с ребенком.

**Ведущий.** Добрый день, дорогие друзья! Сегодня мы проводим спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья». Это семейный праздник, в котором будут принимать участие не только дети, но и их родители.

Вы будете соревноваться в быстроте, ловкости, силе и неважно, кто станет победителем в нашем состязании, а победитель обязательно будет, главное, чтобы все вы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.

**Ведущий:** Сегодня в нашем празднике участвуют семьи: Марухно, Шкумат, Савицкие, Маманович и Гридины. Давайте их поприветствуем.   
  
А раз у нас соревнования, значит должно быть и жюри, строгое и справедливое. (Представление жюри)

**Ведущий:**  Мы думаем, что наши участники готовы принять участие в соревновании. Давайте еще раз поприветствуем наши команды.

**Программа соревнований**

**1 конкурс:** Представление команд (семьи демонстрируют заранее подготовленный спортивный номер-презентацию - это может быть сценка, миниатюра, танец)

**2 конкурс:**Эстафета «С мячом и скакалкой».

Ребёнок, зажав между коленями мяч, прыжками перемещается до лежащего в 10 метрах от линии старта обруча, кладет в него мяч, берет скакалку и передает её маме. Мама, прыгая через скакалку, бежит к обручу, оставляет в нем скакалку, забирает мяч и несет его папе. Папа ведет мяч до обруча одной рукой, оставляет в нем мяч, возвращается к команде.

(Штрафы начисляются за потерю мяча, сбивчивость в беге со скакалкой)



**3 конкурс:** Эстафета «Космические полеты»

Каждая семья строиться за общей линией старта, в колонну по одному, во главе с папой, а замыкающий - ребенок. Перед каждой колонной установлена поворотная стойка. У папы в руках гимнастический обруч. По сигналу он надевает его на пояс и бежит вперед, оббегает 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.

(Штрафы начисляются, если не вся семья бежит внутри обруча)

**4 конкурс:** Эстафета «Змейка»

Папа оббегает 3 кегли и возвращается к команде. Папа и мама, взявшись за руки, выполняют тоже задание. Все члены команды, взявшись за руки выполняют тоже задание.

(Штраф начисляется за сбитую фишку)

**5 конкурс:** Эстафета «Лабиринт»

Напротив команд помощники держат обруч. По сигналу дети бегут до фишки, неся баскетбольный мяч в руках, оббегают её, на обратном пути подбегают к обручу и пролезают через него. Бегут к своей команде, передают эстафету рукой маме. Мама , зажав баскетбольный мяч между колен, прыгает до фишки, оббегают, берёт мяч в руки, подбегает к обручу и пролезает через него. Бежит к своей команде и передает эстафету папе. Папа выполняет тоже упражнение, что и мама. Побеждает команда, первой закончившая игру-эстафету.

(Штрафы начисляются за потерю мяча)

**6 конкурс:** Эстафета «Быстроногие»

Ребенок, держа обруч в руках, параллельно полу, бежит до фишки и обратно, передает эстафету папе хлопком руки. Папа в мешке прыгает до фишки и обратно, передает эстафету маме хлопком руки. Мама, прыгая через скакалку, бежит до фишки и обратно.

**7 конкурс: «**Эстафета с мячами и обручем»

Задача: с помощью обруча докатить свой мяч до фишки и обратно. Каждому члену семьи выдается свой мяч и один обруч: ребенок получает футбольный мяч, мама получает волейбольный мяч, папа – теннисный шарик. Эстафету начинают дети. Обруч передается в руки.

****

**8 конкурс:** «Комбинированная эстафета»

Ребенок бежит до фишки и катит по полу волейбольный мяч, затем возвращается назад с мячом в руках. Мама катит до фишки два волейбольных мяча, затем возвращается назад, взяв мячи в руки и передает эстафету папе. Папа бежит до фишки, удерживая теннисный шарик на ракетке для настольного тенниса, и возвращается к финишу гладким бегом.

(Штрафы начисляются за потерю мяча)



**9 конкурс:** Эстафета «Гусеница»

Каждой команде выдается мяч. Участники встают друг за другом, ноги врозь. По сигналу ведущего первый участник поднимает мяч вверх, второй берет его и перемещает другому участнику, последний наклоняется и передает мяч под ногами до первого участника.

(Штрафы начисляются за потерю мяча)

**Жюри подводит итоги соревнований.**

**10 конкурс капитанов:** 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)*

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)

По пустому животу

Бьют меня невмоготу;

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки.(футбол)

Палка в виде запятой

Гонит шайбу пред собой. (клюшка)

**Ведущий:** Молодцы! Вы очень хорошо их отгадывали, но думаю, что пора дать слово жюри. Сейчас мы узнаем, чья семья сегодня стала самой лучшей, дружной и спортивной.

****Жюри объявляет итоги. Командам вручаются грамоты и подарки.

****