**Спортивное мероприятие «Вместе всей семьёй»**

**Учитель: Фуникова Л.В.**

Субботнее утро для нас необычно:

Мы с вами все в школе, чуть-чуть непривычно,

Звонка не дают, не спешим сесть за парты –

Мы все собрались на «Семейные старты»!

С собой привели самых лучших друзей,

Рядом мама и папа – вместе нам веселей.

Вместе прыгнем до солнца, достанем до звёзд

И по принципу радуги выстроим мост.

Красный цвет – это радость, оранжевый – смех,

Жёлтый – наше здоровье, зелёный – успех,

Голубой – цвет надежды, синий – мечты,

Фиолетовый цвет – цвет земной красоты.

- В наших сегодняшних спортивных баталиях принимают участие \_\_\_\_ семейные команды.

Выражаем им глубокую признательность и благодарность за то, что сумели прийти на встречу.

Как говорится, нас мало, но мы в тельняшках.

Говорим большое спасибо и болельщикам, поверьте, от вас зависит сегодня многое.

Представим семейные наши команды.

Видеть вас здесь мы все очень рады:

Приятны улыбки, спортивны фигуры,

Любимый урок – урок физкультуры.

Вы как радуги цвета, очень яркие всегда.

Именно поэтому, название команды являются цвета радуги. Итак, познакомимся с ними поближе.

**1-я команда «Зеленые»**

ЗЕЛЕНЫЕ – ЗАВОДНЫЕ, ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЕ, ЗАЖИГАТЕЛЬНЫЕ, ЗАДОРНЫЕ, ЗАДУШЕВНЫЕ, ЗАТЕЙЛИВЫЕ, ЗРЕЛЫЕ.

**2-я команда «Синие»**

СИНИЕ - СМЕЛЫЕ, СИЛЬНЫЕ, СТОЙКИЕ, СЕРЬЕЗНЫЕ, СЛАВНЫЕ, СООБРАЗИТЕЛЬНЫЕ, СОБЛАЗНИТЕЛЬНЫЕ, СПРАВЕДЛИВЫЕ, СКРОМНЫЕ, СТОЙКИЕ, СЕРЬЕЗНЫЕ, СЛАВНЫЕ

**3-я команда «Желтые»**

ЖЕЛТЫЕ – ЖИЗНЕРАДОСТНЫЕ, ЖАРКИЕ,

А ЕЩЕ ЖЕЛТЫЙ ЦВЕТ СИМВОЛИЗИРУЕТ - ЛОВКОСТЬ, СООБРАЗИТЕЛЬНОСТЬ, РАДОСТЬ ЖИЗНИ, ЧЕСТНОСТЬ, СПРАВЕДЛИВОСТЬ.

**4-я команда «Красные»**

КРАСНЫЕ - КРАСИВЫЕ, КЛЕВЫЕ, КЛАССНЫЕ, КОМПАНЕЙСКИЕ, КРЕАТИВНЫЕ, КОНКРЕТНЫЕ, КОНТАКТНЫЕ, КОМПЕТЕНТНЫЕ, КУЛЬТУРНЫЕ, КРАСНОРЕЧИВЫЕ

***(Представление семейных команд)***

Осталась ещё небольшая семья,

Каждый из них – справедливый судья:

Посчитают очки, штрафные учтут

Победителям всем призы раздадут.

***(Представление судейской бригады)***

На этом закончим взятое слово.

К состязанью команды давно все готовы,

Не стоится на месте, рвутся вперёд,

Крикнем им дружно: «Победа вас ждёт!»

Если ты семья спортсменов,

День начни с зарядки,

И тогда в семейной жизни

Будет всё в порядке!

**Разминка «Зарядка»**

Чтобы сильным стать и ловким

Приступаем к тренировке.

Носом вдох, а выдох ртом.

Дышим глубже, а потом

Шаг на месте, не спеша.

Как погода хорошо!

Не боимся мы пороши,

Ловим снег – хлопок в ладоши.

Руки в стороны, по швам.

Хватит снега нам и вам.

Мы теперь метатели,

Бьем по неприятелю.

Размахнись рукой – бросок!

Прямо в цель летит снежок.

**1 конкурс«Самая фигуристая семья»**

Этот конкурс состоит из двух этапов.

**1 –й** – выбираем семью с самой маленькой талией. Команда должна так соединиться, расположиться, чтобы при измерении её объём оказался как можно меньше.

**2 –й -** выбираем семью с самой большой талией. Команда должна так соединиться, расположиться, чтобы при измерении её объём оказался как можно больше, при этом члены команд должны иметь точку соприкосновения любыми частями тела.

**2 конкурс“Переправа с обручами”**

В руках у команды по 2 гимнастических обруча. По сигналу они кладут на пол один обруч и становятся в него, затем на расстоянии вытянутой руки кладут второй и перепрыгивают в него и так, раскладывая обручи и перепрыгивая из одного в другой, достигают указателя – ориентира, обозначающего противоположный берег. Папа собирает за собой обручи, и вся команда быстро возвращается на место старта. Конкурс проводится на время. Выигрывает команда в конкурсе по наименьшему результату.

**3 конкурс «Кенгуру»**

**З**ажав между ногами (лучше это делать выше колен) мяч, двигаться прыжками вперёд до финиша и обратно. Вернувшись, передать эстафету следующему игроку. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, вернуться на то место, где мяч выпал, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету. Конкурс проводится на время. Выигрывает команда в конкурсе по наименьшему результату, т.е. первой закончившая эстафету.

**4 конкурс «Ловкий теннисист»**

Донести на теннисной ракетке воздушный шар до финиша и обратно к команде, затем передать эстафету следующему члену команды. Конкурс проводится на время. Выигрывает команда по наименьшему результату, т.е. первой закончившая эстафету.

**5 конкурс «Хоккеисты»**

Команды получают: шлем, клюшку, шайбу. Задача первого игрока: надеть шлем и при помощи клюшки довести шайбу, огибая препятствия змейкой, до финиша, после чего вернуться к команде и передать клюшку следующему «хоккеисту». Побеждает наиболее быстрая команда.

**6 конкурс «Бег в мешках»**

Так как, конкурс у нас семейный, то и мешок тоже семейный. По сигналу участники команд должны быстро залезть ногами в мешок, и, придерживая его руками возле пояса, допрыгать до финиша, вылезти из мешка и прибежать обратно. Конкурс проводится на время. Выигрывает команда по наименьшему результату, т.е. первой закончившая эстафету.

**7 конкурс «Болото»**

Чтобы преодолеть болото, нужна специальная обувь. Обувь родителей – это калоши, обувь ребенка – большие сапоги. Участники команд по сигналу по очереди, «запрыгивают» в свою обувь и бегут до финиша и обратно, передают эстафету следующему члену команды. Конкурс проводится на время.

**8 конкурс «Стирка»**

Мамы на старте стирают бельё, по одной вещи подают ребенку, ребенок вешает бельё на веревку, закрепляя его прищепкой, когда всё постирано и повешено, папы бегут снимать бельё. Кто быстрее стравиться с заданием.

**9 конкурс «Кухня»**

Главными по тарелочкам сегодня будут наши папы. Их задача, надеть форму повара и взяв большую кастрюлю, ловить пельмени, которые будут кидать ему мама и ребенок. Кто больше поймает пельменей, тот и победит.

**10 конкурс «Канат»**

Команды по очереди перетягивают канат. Команда –победитель соревнуется с следующей командой.

**11 конкурс «Гора Олимп»**

Совершим восхождение на гору «Олимп». У каждой команды маркер. Их задача: по очереди каждому члену команды добежать до горы и оставить на ней свой автограф, т.е написать своё имя, после чего вернуться к команде и передать маркер следующему. Побеждает наиболее быстрая команда.

А теперь, команды, в центр!

Объявить мы рады

То, за что вы так боролись,

Ваши результаты!

Но сначала, мы говорим вам спасибо за то,

Что папы бросили диваны, телефильмы у экранов,

Мамы бросили кастрюли и костюмы натянули!

Все пришли соревноваться, пошутить и посмеяться,

Силу, ловкость показать и победу одержать.

Этой встрече все мы рады, собрались не для награды,

Нам встречаться чаще нужно, чтобы все мы жили дружно!

**Объявление результатов и награждение**

Пусть все это только игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо - семья!

Храните ее, береги ее!

Нет в жизни важнее цели!