

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:

1. Ивановых (Александр Александрович, Мария Юрьевна, Илья).
2. Петровых (Василий Сергеевич, Светлана Сергеевна, Дарья).
3. Сидоровых (Сергей Сергеевич, Людмила Владимировна, Марина).

Оценивать конкурсы будет жюри, в составе которого:

Председатель жюри —

Члены 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!».

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

* **Эмблема.**

2. Конкурс «Разминка»

Дается 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 строится 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 маме, 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 белье?

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

(Льжи)

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 не вмоготу;
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.