Тема: Спортивный праздник « Папа, мама и я –спортивная семья»

 Праздник проводится в спортивном зале школы. Соревнования проходят  в субботу в 12-00. Продолжительностью 1,5-2 часа. Команда победитель определяется по наибольшему количеству баллов. Баллы зависят от количества команд участниц и времени показанном в эстафете. Максимальный балл, это максимальное количество команд. Например: если команд 10, то максимальный балл 10 и далее по уменьшению. Чем лучше время показанное в эстафете, тем выше балл.

**Предварительная подготовка:**

1. Подготовка инвентаря.
2. Подготовка протокола для жюри.
3. Грамот, призов для участников.
4. Лист регистрации команд-участниц.
5. Провести инструктаж по ТБ перед соревнованиями.

**Оборудование:** фитбол с ручками, фитбол большой, обручи, конусы, эстафетные палочки, листы А4, маркеры, волейбольные мячи, длинная веревка, прищепки, платочки, гимнастические палки, картонные коробки, маленькие ведра.

**Программа соревнований.**

*Зал школы украшен шариками, плакатами нарисованными болельщиками каждой команды*
*Звучат спортивные песни, веселая музыка.*
*Музыка смолкает.*

**Ведущий:**

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

*Звучит спортивный марш. Под аплодисменты в зал входят команды-участницы.Проходят  и встают по периметру зала. Музыка смолкает.*

**Ведущий:** Приглашаю сюда представителей сильной половины человечества (*папы делают шаг вперед)*. Их стойкости и выдержке позавидует любой! Вот они перед нами – те, кто сегодня пожертвовал любимыми видами традиционного мужского троеборья: диваном, газетой и телевизором. Полюбуйтесь ими – бодрые, подтянутые, собранные и непобедимые.
А вот и мамы! Они всегда в форме *(мамы делают шаг вперед).* Дают о себе знать постоянные тренировки в женском троеборье: бег по магазинам, готовка, стирка. И даже ежегодные передышки 8 Марта не выбивают их из колеи. Мы уверены, что они будут задавать тон своим командам в соревнованиях.
И, наконец, самые юные участники *(дети делают шаг вперед)*. Это они сегодня объединили своих родителей в дружную команду. {1}
Оценивать конкурсы будет жюри, в составе которого:
Председатель жюри — *учитель физкультуры*
Члены жюри– *учителя-предметники*

**Ведущий:** Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселым на два. Не верите? Проверьте сами! Я призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успеха! {2}

Спортивный праздник мы начинаем  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! {3}

**Ведущий:** А теперь приглашаем всех на музыкальную разминку *(разминку проводит учитель физической культуры вместе со старшеклассниками).*

*После разминки на соревнования приглашают по 3 семьи, а остальных просят присесть и быть зрителями. Затем следующую группу участников и так все эстафеты.*

**1. Конкурс  «Представление команд»**  (этот конкурс был домашним заданиемсудьи оценивают:название команды, **д**евиз, эмблему).

**2. Конкурс  «Фитбол – Разминка»**

Первый участник «Ребенок», сидя на мяче, прыгает до конуса и обратно, второй участник «Мама», катит мяч при помощи металлического  обруча, третий участник, «Папа», ставит два мяча один на другой и вращая верхний катит оба мяча. Побеждает команда показавшая лучшее время.

**3. Конкурс «Переправа через болото»**

Вся команда стоит на стартовой линии, держа в руках четыре обруча – «кочки». Задача переправить всю команду через «болото» по «кочкам» до берега не замочив ноги *(участники должны вставать в обручи)*. Собрав «кочки» обручи бегом вернуться на старт. Побеждает команда показавшая лучшее время.

**4. Конкурс  «Круговорот»**

Команда стоит на лицевой линии, у ребенка в руках эстафетная палочка. Напротив команды расположены 3 конуса на расстоянии 5 метров друг от друга. По команде ребенок бежит до  1-го конуса, обегает его и возвращается к линии старта. Передает эстафетную палочку маме. Мама,  бежит до 2-го конуса, обегает его, возвращается к 1-му конусу, обегает его и бежит к линии старта, передает эстафету папе.  Папа бежит до 3-го конуса, обегает его, возвращается ко 2-му, обегает его, возвращается к 1-му конусу, обегает его и бежит к линии финиша. Побеждает команда показавшая лучшее время.

**Ведущий:** Пока жюри подводит итоги 4 эстафет мы проведем игру со зрителями:

**«Викторина для болельщиков»**

1. Начало пути к финишу (старт)
2. Чего не надо, если есть сила (ума)
3. Без чего судья не может выйти на поле? (без свистка)
4. Боксерский корт  (ринг)
5. Бородатый спортивный снаряд   (козел)
6. Игра с мячом – «дыней» (регби)
7. Русский народный бейсбол (лапта)
8. В каком виде спорта самый высокий старт? (в парашютном)
9. Спортсмен который ходит сидя   (шахматист)
10. Предки кроссовок (кеды)
11. Каким нужно прийти к финишу, кроме первого, чтобы обратить внимание зрителей на себя? (последним)
12. Где проводились первые Олимпийские игры? (в Греции)

*(При правильном ответе болельщику дается приз)*

**Ведущий:** команды отдохнули, можно продолжать.

**5. Конкурс  «Мозговой штурм»**

На листочках даются слова на спортивную тему, например  «физкультура», «гимнастика», «упражнения», «спортсменка», «хореография».  Надо составить из него как можно больше слов, каждая буква используется один раз. Победителем будет команда, составившая наибольшее количество слов за 1 минуту.

**6. Конкурс «Кузнечики»**

Команда стоит на лицевой линии. У ребенка  волейбольный мяч  зажат между коленями, он прыгает до конуса и обратно, передает мяч маме. Мама мяч  зажимает между коленями, берет второй мяч в руки, прыгает до конуса и обратно,  передает мячи папе. Папа мяч  зажимает между коленями, берет два мяча в руки прыгает до конуса и обратно. Побеждает команда показавшая лучшее время.

**7 . Конкурс  «Большая стирка»**

Ребенок с ведром в руках бежит до натянутой веревки.
На  веревку  поочередно вешает 5 прищепок, возвращается с ведром назад и передает его маме. Мама с ведром в руках бежит к веревке – вешает 5 платочков и возвращается с ведром к папе. Папа с ведром в руках бежит к веревке, снимает платки и прищепки в ведро. Бегом возвращается к команде. Заступать за линию старта запрещается. Прищепки и платки вешать и снимать по 1 штуке. Побеждает команда, выполнившая задание за минимальное количество времени.

**8. Конкурс  «Лыжные гонки»**

Ребенок стоит на линии старта на ногах лыжи (коробки), в руках гимнастические палки. По команде «едет» до конуса и обратно. Снимает лыжи и  палки, передает маме. Следующие участники команда повторяют то же самое. Выигрывает команда показавшая лучшее время.

**Ведущий:** Вот и закончилась спортивная часть праздника, но впереди самое интересное, награждение. А пока жюри подводит итоги всех конкурсов, мы предлагаем посмотреть зажигательные танцы, которые подготовили ребята танцевальной группы.

**Подведение итогов**

Награждение проводит председатель жюри и учителя физкультуры.
– за 1 место: грамота, кубок, медаль, памятные призы для всей семьи.
– за 2-3 место: грамота, медаль, памятные призы для всей семьи.
– за 4 место и далее: грамота за активное участие, памятные призы для всей семьи.

**Ведущий:**

Пусть всё это просто игра,
Но ею сказать мы хотели:
Великое чудо семья!
Храните её! Берегите её!
Нет в жизни важнее цели!

– До свидания! До новых встреч!

**Список интернет-ресурсов:**