

Спортивный праздник " Папа, мама, я - спортивная семья!"

Звучат фанфары, выступление "Россияне"

Ведущий 1

Танцем задорным, бодрым парадом
Мы начинаем нашу программу.
Дружно крикнем, детвора,
Папам и мамам – «Физкульт-ура!»

Здравствуйте, дорогие ребята, уважаемые гости, болельщики! Нам очень приятно видеть всех Вас в нашем спортивном зале, который сегодня превратится в веселый стадион! Мы начинаем праздник « Папа, мама, я – спортивная семья»! Это праздник ловкости, силы и дружбы поможет выявить «самую-самую спортивную семью!!!

Ведущий 2:

Я, ты, он, она
Мы – здоровая семья!
Мы – здоровая страна!
В нас вся сила, знаю я!

Ведущий 1: Быть здоровым – это модно!

Ведущий 2: Быть здоровым – классно!

Ведущий 1: Быть здоровым – не опасно!

Ведущий 2: Здоровая семья - сильная страна!

Именно под этим девизом будет проходить сегодня мероприятие.

В соревнованиях участвуют 5 семейных команд. Мы рады приветствовать дружные спортивные семьи. Встречаем наши команды!

Под звуки спортивного марша и аплодисменты зрителей входят участники спортивных состязаний в спортивный зал, и строятся в отведенных местах.

Ведущий 1:

Позвольте открыть наш чемпионат по семейному многоборью "Папа, мама, я – спортивная семья!"

Гимн РФ

Ведущий 1

С приветственным словом к участникам состязаний обращается

Ведущий 2

Ну а кто же сегодня является участниками наших соревнований?

папы – *(делают шаг вперед)*

Вот они перед нами – слегка бодрые, местами подтянутые и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно – мы узнаем позже *(папы встают на свои места)*.

мамы – *(делают шаг вперед)*

Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки: плита, бег по магазинам, прополка, стирка, уборка. И даже ежегодные передышки 8 марта не выбивают их из колеи. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам *(мамы делают шаг назад)*.

И, наконец, **капитаны команд!** *(дети делают шаг вперед)*

Это они еще с пеленок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружескую команду, ставя перед собой все новые задачи: тяжело в учении, легко в бою.

Ведущий 1:

Представляем вам наше жюри:

Спортивная часть праздника

Ведущий 1:

Мы напоминаем, что соревнования будут проходить в виде эстафет. Команда, занявшая 1 место в эстафете – получает одно очко, 2 место – два очка и так далее. Всё очень просто! После каждого этапа соревнований жюри будет подсчитывать баллы, и давать информацию о ходе конкурса.

Побеждает команда, набравшая наименьшее количество баллов по сумме всех конкурсов.

Ведущий 2:

Вот теперь всё – мы можем приступить к состязаниям наших семейных команд. Итак, команды готовы, жюри готово, болельщики замерли. Тогда вперед! Победителей ждут награды!!! А мы начинаем с «Визитной карточки команды», в которой дружно, ярко, весело участники должны представить свою семейную команду.

Первыми приглашается семейная команда _____ школы № _____

Семейная команда _____ школы № _____

Семейная команда _____ школы № _____

Семейная команда _____ школы № _____

Семейная команда _____ школы № _____

Ведущий 1:

Все команды заявили о своей воле к победе и мы желаем участникам соревнований успеха!

1 эстафета:

Которая заменит вам разминку, называется «**Весёлое такси**»

Папа стартует первым, держа обруч, как руль, оббегает поворотную стойку, возвращается за мамой. Мама берёт папу за пояс, они также преодолевают дистанцию и возвращаются за ребёнком. Все вместе преодолевают дистанцию и возвращаются к линии старта.

Нельзя расцепляться. За нарушение штраф 5 сек.

Побеждает команда, которая меньше всего потратила времени на прохождение дистанции.

2 эстафета:

"Бег в ластах"

Поочередно, начиная с папы надев ласты, пронести теннисный мячик в ложке на вытянутой руке до поворотной стойки, а обратно без мячика.

Ведущий 1:

Дадим немножко перевести дух нашим командам, а жюри возможность не спеша подсчитывать баллы и проверим ваши знания об истории олимпийского движения. *Вопросы болельщикам:*

- 1) Когда и где в нашей стране проходили Олимпийские игры? (В 1980 г. в Москве).
- 2) Что символизируют пять олимпийских колец? (Объединение в олимпийском движении всех пяти континентов).
- 3) Как называют начало бега и его окончание? (Старт. Финиш).
- 4) Назовите длину марафонской дистанции в легкой атлетике? (42 км 195 м).
- 5) Какой мяч самый тяжелый – футбольный, баскетбольный или волейбольный? (Баскетбольный)

Молодцы! А мы продолжаем! И приглашаем на третью эстафету для мам!

3 эстафета (для мам):

Бег с препятствиями (остановка на степ-скамейке).

По сигналу мамы начинают бежать, добежав до степ-скамейки, выполняют фигуру 3 раза, бегут дальше до следующей степ-скамейки, выполняют фигуру 3 раза, бегут дальше и на последней выполняют ту же фигуру, добегают до финишного конуса, оббегают его и бегут назад без препятствий.

4 эстафета:

"Бег с препятствиями" (для пап)

По сигналу папы начинают бежать, по свистку останавливаются, ложатся на пол и отжимаются 10 раз, бегут дальше до финишного конуса, оббегают и бегут назад без препятствий.

5 эстафета:

Конкурс капитанов. Эстафета на скейтборде.

По команде капитан начинает движение на скейтборде лежа на животе, доезжает до поворотной стойки, назад едет сидя на скейтборде спиной.

Ведущий 2:

Пока наши команды переведут дух, мы с вами закончим пословицы....

Конкурс с болельщиками «закончи пословицу»

- Двигайся больше – проживёшь...(дольше).
- После обеда полежи, а после ужина...(походи).

- Чистота – половина...(здоровья).
- В здоровом теле... (здоровый дух).
- Здоровье сгубишь – новое...(не купишь).
- Забота о здоровье – лучшее...(лекарство).
- Смолоду закалится – навек...(пригодится).
- Береги платье снову, а здоровье...(смолоду).
- Было бы здоровье, и счастье...(найдётся, будет).

Переходим к следующей эстафете.

6 эстафета:

"Комбинированная"

Состоит из трех этапов полосы препятствий: родители, держа за руки ребенка с обеих сторон, несут его бегом до второго препятствия - тоннеля, пробегают сквозь него, затем по очереди закидывают мяч в ворота, назад бегут все взявшись за руки.

7 эстафета

"Наряжаем ёлочку"

-Первым бежит ребенок: добегают до елки и поочередно вешают на нее три игрушки, скачет как зайчик вокруг елки и бежит обратно;

-затем мама делает то же самое, прыгает вокруг елки на одной ноге со словами "Ёлку вместе наряжаем, скоро праздник Новый год!" и бежит обратно;

-папа бежит, вешает на елку 3 игрушки, делает вокруг елки бегом два круга со словами "Вот и ёлку нарядили, скоро праздник Новый год!" и бежит обратно. Побеждает та команда, которая быстрее всех справится с заданием.

Ведущий 1:

Ну что ж - ёлочки наряжены, ведь скоро Новый год! С которым вас поздравляет образцовый хореографический ансамбль "Россияне"!

И вот подводим мы итоги

Какие не были б они,

Пусть спортивные дороги

Здоровьем полнят ваши дни.

Ведущий 2:

Сегодня проигравших нет,
Есть просто лучшие из лучших.
Пусть в каждом сердце дружбы свет,
Зажжет поступков добрых лучик.

Ведущий 2:

Для подведения итогов слово предоставляется жюри.
*(объявляются итоги в командном зачете спортивного праздника,
проводится награждение)*

Звучат фанфары

Ведущий 1

Спорт, друзья, нам очень нужен.
Мы со спортом крепко дружим
Спорт – помощник!
Спорт – здоровье!
Спорт – игра!
Физкульт-ура! – ура! – ура! До свиданья! До новых встреч!

Спортивная музыка