**Муниципальное автономное образовательное учреждение**

**«Краснослободская СОШ»**

**Методическая разработка сценарий спортивного праздника "Папа, мама, я – спортивная семья"**

Зырянова Е.А. учитель физической культуры

Разделы: Спорт в школе и здоровье детей. Дополнительное образование.

Цели и задачи:

* Формировать навыки здорового образа жизни у подрастающего поколения и внедрять их в семьи через детей.
* Укрепить здоровья детей и их родителей.
* Воспитать любовь к физической культуре и спорту, чувства дружбы.
* Пропагандировать здоровый образа жизни.
* Определение сильнейшей команды.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование и инвентарь:

Секундомер, свисток, рулетка, стойки, флажки, кегли, мячи, (баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные, фитбол). Воздушные шары, обручи, веники, совки, тазики, платочки, гимнастические маты, корзины.

Оформление: лозунги-плакаты:

“Хочешь быть сильным – бегай!”,

“Хочешь быть красивым – бегай!”,

“Хочешь быть умным – бегай!”,

“Спорт – это здоровье”,

“Спорт – это успех”,

“Спорт – это дружба”,

“Спорт – сильнее всех”,

“Нет большей победы, чем победа над собой”.

Музыкальное сопровождение: спортивный марш.

Участники:

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

Награждение:

Победитель награждается грамотой

Призеры награждаются грамотами и сладкими призами.

* Семьи можно наградить по номинациям:
* “Самая сплоченная семья”;
* “Самая волевая семья”
* “Самая быстрая, ловкая, умелая”.

Ход праздника

**Ведущий 1**: - Здравствуйте, дорогие ребята, уважаемые гости, болельщики! Нам очень приятно видеть всех Вас в нашем спортивном зале, который сегодня превратиться в веселый стадион! Мы начинаем праздник « Папа, мама, я – спортивная семья»! Это праздник ловкости, силы и дружбы поможет выявить « самую-самую спортивную семью!!!

Песнею звонкой, дружным парадом

Мы начинаем нашу программу.

Дружно крикнем, детвора,

Папам и мамам – « Физкульт-ура!»

**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 мероприятия.

Давайте познакомимся с участниками праздника. В соревнованиях участвуют \_\_\_\_команд. Мы рады приветствовать дружные спортивные семьи

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

**Ведущий 1:**

Мы видим здесь приветливые лица

Спортивный дух мы чувствуем вокруг

У каждого здесь сердце олимпийца

Здесь каждый спорту и искусству друг.

**Ведущий 2:**

Тот победит в соревнованье

Кто меток, ловок и силен

Покажет все свое уменье

Кто духом, телом закален.

**Ведущий 1**:

Позвольте открыть наш чемпионат по семейному многоборью "Папа, мама, я – спортивная семья!" И представить команды участников 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 2:**

По плечу победа смелым, ждет того большой успех

Кто, не дрогнув, если нужно вступит в бой один за всех.

Пусть жюри весь ход сраженья без промашки проследит

Кто окажется дружнее, тот в бою и победит.

Делу время, час забаве. Команды слово-то за вами

**Ведущий 1:**

Представляем вам судейскую коллегию (замдиректора по учебной части, тренера - преподаватели, представители родительского комитета, совета школы).

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 все – мы можем приступать к состязаниям наших семейных команд. Итак, команды готовы, жюри готово, болельщики замерли. Тогда вперёд! Победителей ждут награды!!! Мы начинаем!

1 задание « Визитная карточка команды», в котором дружно, ярко, весело участники должны предоставить свою семью. Первыми приглашаются, семья \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1 команда (название, девиз)

Папа

Мама

Капитан команды

2 команда (название, девиз)

Папа

Мама

Капитан команды

3 команда (название, девиз)

Папа

Мама

Капитан команды

И т.д.

**Ведущий:** Поведение итогов. Слово жюри.

**Ведущий 1:** Все команды показали свои амбиции, теперь самое время показать кто, на, что способен на эстафетных полях. Желаем участникам команд успехов!

 Разминка очень важна для спортсменов, так как можно увидеть и сильные и слабые стороны противника.

 На стартовую площадку приглашаются команды первого забега

**1. Эстафета « Уборка дома»**

Первый участник (мама) веником метёт 2 теннисных мяча до отметки, заметает их в совок, возвращается бегом к месту старта.

Второй участник (папа) бежит с корзиной до верёвки (в корзине платки и прищепки), цепляет прищепками платки на верёвку.

Третий участник (капитан команды) – собирает вещи с верёвки, приносит таз обратно.

**Ведущий 2:**

Как хорошо, что есть игры на свете,

В которых радость движения с мячом.

Объединяет нас мяч на планете

И зажигает сердца наши огнем.

После первого задания

Внимательно слушайте

Второе испытание.

**2. «эстафета с мячами»**

Первыми начинают папы: обводят футбольным мячом стойки до флажка и возвращаются таким же способом. Вторыми начинают мамы: выполняют по прямой подбивание (волейбольного) мяча до стойки и обратно. Третьими начинают дети: ведение баскетбольного мяча (необходимо так же как папы обвести кегли или стойки). И назад финишировать.

**Ведущий 2:** Второй конкурс все команды продемонстрировали отличное владение мячом и хорошую физическую подготовку.Мы предоставляем возможность командам чуть-чуть перевести дыхание. Жюри может спокойно подвести итоги. А мы объявляем концертную паузу и приглашаем на площадку коллектив из группы поддержки одной из команд.

**Ведущий 1:** предоставляем слово жюри, огласить промежуточные итоги соревнования.

**Ведущий 1:**

А сейчас проведем третий конкурс.

**3. Эстафета « На даче»**

Ничто так не сближает семью, как совместный труд. Дружно порабо - таем на даче.

Перед командой лежат три обруча (на расстоянии 3-4м.) друг от друга. У каждой команды ведро, где лежат 6 теннисных мячей. Первый участник бежит с ведром, раскладывает в каждый обруч по 2 мяча, а на обратном пути собирает мячи «урожай» в ведро, возвращается, передает его следующему и т.д.

**Ведущий 2:** продолжаем наши состязания по семейному многоборью.

**4.Эстафета « Меткий бросок»**

Папы сажают ребенка на плечи. Мама подает баскетбольный мяч. Ребенок должен броском попасть в баскетбольное кольцо. На игру дается 90 секунд (считается количество попаданий).

(этот конкурс могут выполнять одновременно две или несколько команд, в зависимости от наличия баскетбольных колец).

 Подведение итогов.

**5. «Весёлое такси»**

Папа стартует первым, держа обруч, как руль, оббегает поворотнуюстойку, возвращается за мамой. Мама берёт папу за пояс,

онитакже преодолевают дистанцию и возвращаются за ребёнком. Они 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.

**6. “Прыжок в длину с места”.**

Сейчас команды должны продемонстрировать свои прыжковые способности, такие физические качества как ловкость, быстроту, гибкость. От ваших личных результатов будет зависеть успех ваших команд.

Все команды строятся в колонну по одному в произвольном порядке у общей линии старта. Первые номера прыгают в длину с места, отталкиваясь двумя ногами одновременно. Замер производится по пяткам первого касания пола. Вторые номера прыгают с места приземления первого и т.д. Места команд определяются по дальности отметок последних (3-х) участников.

**Ведущий 1:**

Команды прыгали отлично, задав высокий тон нашим состязанием. Сегодня все достойны высшей похвалы, все команды проявили сплоченность и волю к победе. Но во всех соревнованиях есть кто-то лучший. Сейчас попросим судейскую коллегию подвести итоги по шести прошедшим конкурсам.

(один член из судейской коллегии объявляет результаты)

**7. «Комбинированная эстафета»**

Вся семья строиться в колонну по одному за общей линией старта. Впереди – ребёнок, за ним мама, замыкает колонну папа. Перед каждой колонной в 12 м от линии старта установлена поворотная стойка. Эстафета проводиться по этапам: перекатиться по мату – прыжки на фитболе – пролезть в обруч (или рукав), - добежать до поворотной стойки – оббежать маячок, вернуться обратно, передать эстафету другому. Побеждает команда, первая закончившая эстафету и не допустившая ошибок.

**Ведущий 1:** предоставляем слово жюри, огласить промежуточные итоги соревнования.

**8. «Конкурс капитанов»**

Клюшкой ведение воздушного шарика. Необходимо шарик опустить в корзину.

**Ведущий 2:** последняя эстафета завершена. Жюри предстоит сложная и напряженная работа, да и командам необходимо прийти в себя. Поэтому мы вновь объявляем « концертную паузу» и приглашаем на площадку наших старых знакомых – коллектив… Просим! ….

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).

**Ведущий 1:**

И вот подводим мы итоги

Какие не были б они,

Пускай спортивные дороги

Здоровьем полнят ваши дни.

**Ведущий 2:**

Пусть юность, дружба, спорт и мир

Всегда шагают с нами рядом.

Кого мир спорта закружил,

Тот смотрит дружелюбным взглядом.

Сегодня стали мы сильнее.

Сегодня стали мы дружнее.

**Ведущий 1:**

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. Затем просто мелодии, под которые зрители расходятся.

**Ведущий 1:** Уважаемые родители, ребята, друзья! Вот и закончились

наши состязания.

Семья – это дом,

Где тепло и уют,

Где любят тебя,

И, конечно же, ждут.

Семья это те,

Без кого мы не можем,

Они нам всех ближе,

Родней и дороже.

Семья – это радость

Улыбок и встреч

Которые надо

Ценить и беречь.

Поздравляем всех участников с замечательным проведенным активным днём! До новых встреч!

**Литература**

1.Казина О.Б., «Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы»– Ярославль: Академия развития, 2008 г.

2.Игры, забавы, развлечения для детей и взрослых: Нескучная энциклопедия/ Сост. Е.П. Гайдаренко. – Д. : 1997.

2.Немова Г.В., Малышева А.Н., “Праздники, игры и танцы для дошкольников”-  Ярославль, 2006 г.

3.«Спортивные праздники и соревнования  1 - 9 классы» - Брянск «Курсив», 2007.

4.Физическое воспитание детей дошкольного возраста. / Ю, Ф, Луури. – М.: Просвещение, 1991.

5. Подвижные игры; Учеб. пособие для инст. физ. культ.- изд. 5-е, пераб. И доп. – М.: Физкультура и спорт, 1982г.

6.Детские подвижные игры: Пособие для учителей физической культуры / Сост. А.В. Кенеман; Подред Т.И. Осокиной. – М.: Просвещение, 1989.