**Ленковская Анна Романовна**

заместитель директора по воспитательной работе

Государственное учреждение образования «Средняя школа № 1 г.Ошмяны имени М.М. Гружевского»

**Спортивный праздник**

**«Папа, мама, я – спортивная семья!»**

**Цели:** пропаганда здорового образа жизни, содействие укреплению взаимоотношений в семье.

**Задачи:**

1. Приобщение членов семьи к физкультуре и спорту.

2. Воспитание правильного отношения к здоровому образу жизни.

3. Развитие физических качеств: силы, выносливости, быстроты, смелости, ловкости, уверенности.

**Оборудование:** столы и стулья для жюри, скамейки для зрителей; аудиозаписи для музыкального сопровождения; грамоты для награждения победителей и призёров, призы; инвентарь: обручи (по количеству команд), стойки (по количеству команд), эстафетные палочки (по количеству команд), воздушные шарики, ракетки для бадминтона.

**Участники:** команды, которые состоят из папы, мамы и ребенка.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Оформление:** стены спортзала оформлены шарами, флажками, плакатами с надписями «Спорт помогает нам везде: в семье, учебе и труде», «Вся семья вместе, так и душа на месте», «В здоровом теле – здоровый дух».

**Ход мероприятия**

*(Звучит весёлая музыка, в центр зала выходят ведущие)*

**Ведущий 1:**

Чтоб прославить имена,

Есть Спортландия – страна!

Выходи на тренировку -

Будешь развивать сноровку!

**Ведущий 2:**

Если спортом заниматься,

Сможешь бодрым оставаться,

Не болеть и не хандрить,

Только спорт нужно любить!

**Ведущий 1:**

Всюду можно заниматься:

Сколько сможешь – отжиматься,

Прыгать, бегать и скакать,

Ползать, плавать и нырять.

**Ведущий 2:**

Если кто со спортом дружен,

То Спортландии он нужен!

Так, дружок, ты не зевай!

И в спортзал дверь отворяй!

**Ведущий 1**.

Так что же такое Спортландия?

Это честный спортивный бой!

В ней участвовать – это награда

Победить же может любой!

**Ведущий 2.** Добрый день, дорогие друзья! Мы рады видеть всех на нашем спортивном празднике «Папа, мама, я – спортивная семья!». Благодарим вас за то, что вы откликнулись на наше приглашение. Этот праздник – повод убедиться, какие у нас в школе дружные семьи, какие умелые и смелые папы и мамы и, конечно же, наши ловкие юные спортсмены.

**Ведущий 1**. Каждый из нас прекрасно знает, как полезно заниматься физкультурой, как необходимо закаляться, делать зарядку, бывать на воздухе. Но как трудно иногда пересилить себя, встать пораньше, сделать несколько упражнений, облиться холодной водой. Мы откладываем всё это на «потом», на «завтра». Мы предлагаем попробовать заниматься спортом вместе, всей семьёй! Уверены, тогда будет легче! Тогда будет веселее! Тогда будет настоящий праздник!

**Ведущий 2.** А на празднике, друзья,

Нам без песни никак нельзя!

Больше страсти, больше смеха,

Пусть во всю идёт потеха!

**Музыкальный номер**

**Ведущий 1.**

Всегда полезно спортом заниматься,

Беречь здоровье, правильно питаться.

Ходить в бассейн не просто покупаться,

А закаляться и оздоровляться.

С утра пробежку делать непременно

С гантелями в руках одновременно,

Ведь это помогает несомненно

Быть крепким, сильным, мегасовременным.

**Ведущий 2**.

Быть сильным, здоровым

Умелым и смелым

Считаем главным

Семейным делом!

И мы с удовольствием представляем участников соревнований.

**Ведущий 1.** Папы! Вот они перед нами! Слегка бодрые, местами подтянутые и даже в чем-то необходимые. А в чем именно – узнаем позже!

**Ведущий 2.** Мамы! 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 свои командам.

**Ведущий 1**. И, наконец, наши дети! Это они, еще с пеленок, долгие годы, закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружную команду, ставя перед собой всё новые задачи: тяжело в учении, легко в бою!

**Ведущий 2.** А кто же будет оценивать наши соревнования? Как раз настало самое время познакомиться с нашим жюри *(представление жюри).*

-Команды, готовы?

-Да!

-Арбитры, готовы?

-Да!

-Болельщики, готовы?

-Да!

-Прошу команды занять исходные позиции. Мы начинаем! И сейчас поближе познакомимся с нашими командами.

**Представление команд: название, девиз, эмблема.**

**1**. Наша команда «Ну, погоди!»

Наш девиз:

Максимум спорта, максимум смеха,

Так мы быстрее добьемся успеха!

Если другой отряд впереди,

Мы ему скажем: «Ну, погоди»!

**2**. Наша команда «Первое место»

Наш девиз:

Мы пришли не просто играть,

Твердая цель у нас — побеждать!

Другое нам не интересно.

Мы здесь, чтоб занять первое место!

**3**. Наша команда «Большая компания».

Наш девиз:

Мы компания большая,

Нам никто не помешает,

За победу будем драться,

Вам за нами не угнаться!

**4**. Наша команда «Горячие сердца».

Наш девиз:

Спорт — это сила!

Спорт — это жизнь!

Победы добьемся,

Соперник, держись!

**5.** Наша команда «Крепыши».

Наш девиз:

Крепкое здоровье —

Крепкая страна!

А нам в игре сегодня

Победа лишь нужна!

**6**. Наша команда «Высшая лига».

Наш девиз:

Секунды, метры и очки,

Вот наши соперники.

Если к ним подход найдем,

К финишу первыми придем!

**Ведущий 1**. Спасибо нашим командам!!! Давайте еще раз дружными аплодисментами поприветствуем их!

Затей у нас большой запас,

И все они, друзья, для вас!

И сейчас без опозданья

Начинаем состязанье.

**Разминка под музыку «Солнышко лучистое»** *(танцевальные движения показывают участники школьной команды по черлидингу)*

**Спортивные состязания**

**Ведущий 2.**

Бег бывает очень разный,

Но всегда такой прекрасный,

Быстрый, медленный и средний.

Бег с препятствием, барьерный,

А выигрывает тот,

Кто ни в чем не отстает.

Только упорство и тяжелый труд

Вас к победе приведут.

**Конкурс первый** **«Веселая переправа».** Команды выстраиваются у линии старта в колонну по одному. Первый участник бежит за обручем, находящимся на другой половине зала, надев его, возвращается к команде. Второй игрок «цепляется» за обруч, и оба бегут на другую половину зала. Первый участник остаётся за чертой, второй, надев обруч, бежит за третьим и т. д., пока не «переправит» всех членов команды.

**Второй конкурс «Эстафета».** Команды строятся по одному: папа, мама, ребенок. Папа бежит до дальней стойки, оббегает ее, возвратившись, передает эстафету маме, мама бежит до средней, потом бежит ребенок до самой ближней стойки, оббегает, возвращается. Побеждает семья, первой закончившая эстафету.

**Ведущий 2.**

А сейчас заданье потрудней,

Помудрей и посложней.

Чтобы Вам вперед идти,

Нужно воздушный шар вести.

**Конкурс третий «Бадминтон».** Команды выстраиваются у линии старта в колонну по одному. Папа ракеткой для бадминтона ведёт воздушный шарик до стойки и обратно, затем выполняет мама и ребёнок

**Ведущий 1.**

Четвертый конкурс - в кольцо послать

Вам надо баскетбольный мяч.

Лишь точность рук и меткость глаз

Позволит Вам попасть не раз.

**Конкурс четвёртый «Меткий глаз».**

Броски в кольцо выполняют все члены команды по очереди.

**Музыкальная пауза: выступление команды по черлидингу.**

**Ведущий 2.**

Видим мы со стороны

Команды в технике равны

Взглянуть хотим мы побыстрей

Чьи капитаны пошустрей.

**Конкурс пятый для капитанов «Интеллектуальный» (загадки о спорте)** *Отвечает тот участник, который быстрее поднимет руку*

1. Просыпаюсь утром рано

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кроватку,

Быстро делаю .... (зарядку).

2. Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги и бегут два колеса.

У загадки есть ответ.

Это мой…..(велосипед).

3. Кинешь в речку - он не тонет,

Бьешь о стенку - он не стонет,

Будешь оземь ты кидать,

Станет кверху он летать. (мяч)

4. На ледяной площадке крик,

К воротам рвется ученик .

Кричат все: «Шайба! Клюшка! Бей!»

Веселая игра .... (хоккей).

5. Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На брусках набил я планки.

Где же снег? Готовы… (санки).

6. Ног от радости не чуя,

С горки снежной вниз лечу я.

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом?.. (лыжи).

7. Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несут меня не кони,

А блестящие ... (коньки).

**Ведущий 1.**

Силу, ловкость и ум вы показали, бегали и отдыхали

А теперь такой вот конкурс вам, команды, предстоит:

Кто быстрее эстафету без штрафного пробежит.

Ну, а чтоб не просто бегать, с этим справимся и мы,

Мы дадим вам и скакалки, и мячи.

**Конкурс шестой: комбинированная эстафета *«*Только вперёд!»**

1 этап: папа, с зажатым между коленями мячом, прыгает до стойки, огибает ее и прыгает обратно.

2 этап: мама прыгает на скакалке до стойки и обратно.

3 этап: ребенок бежит спиной вперед, оббегает стойку и возвращается обратно.

**Ведущий 2.**

С эстафетой справились отлично.

Быстро бегать — это всем привычно.

А теперь, попрыгаем, друзья,

Узнаем кто у нас самая прыгающая семья?

**Конкурс седьмой «Кузнечики».** Команды выстраиваются друг за другом. Первым прыгает папа. С места приземления папы прыгает мама, с места приземления мамы — ребенок. Побеждает та команда, которая быстрее окажется у ограничительного знака.

**Ведущий 1.**

Сейчас командам предоставим

Возможность силу проявить.

Канат тянуть им сейчас придется

Ну-ка, болельщик, помоги!

**Конкурс восьмой «Силачи»: перетягивание каната.**

**Ведущий 2.** Вот и прошли все наши испытания.

 Скажу вам, не кривя душой,

Сегодня в этом зале

Все выступали хорошо:

И дети, и родители –

Достойны все похвал.

А имя победителя определит жюри.

*Пока жюри подводит итоги, проводится подвижная игра со всеми участниками и зрителями.*

**Ведущий:**

В этом зале – все друзья!

Я, ты, он, она – вместе – дружная семья!

Посмотрите на себя, на соседа справа,

На соседа слева. В этом зале все – друзья,

Я, ты, он, она – вместе – дружная семья!

Улыбнись соседу справа,

Улыбнись соседу слева,

В этом зале все друзья,

Я, ты, он, она – вместе – дружная семья!

Ты погладь соседа справа,

Ты погладь соседа слева,

В этом зале все друзья,

Я, ты, он, она – вместе – дружная семья!

Обними соседа справа,

Обними соседа слева,

В этом зале все друзья,

Я, ты, он, она – вместе – дружная семья!

Посмотрите на себя – вместе мы

Сто тысяч «Я»!

**Предоставляется слово жюри, награждение победителей и участников.**

**Ведущий 1**. Дорогие наши участники! Вот и закончился наш спортивный праздник. Сегодня все участники соревнований показали свою ловкость, смелость, быстроту, взаимовыручку. Все вы доказали, что любите спорт, веселые игры и состязания. Мы желаем всем здоровья, согласия в семье и радости. Кто знает, может на следующих европейских играх на пьедестал почёта будут подниматься наши юные спортсмены.

**Ведущий 2.**

Пусть вам семейные старты запомнятся,

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся,

А физкультура станет родной!

**Ведущий 1.**

Всем спасибо за вниманье,

За задор и звонкий смех,

За азарт соревнованья,

Обеспечивший успех.

**Вместе:** До новых семейных встреч!