**Сценарий спортивного праздника «Папа, мама, я – спортивная семья»**

**Цель:** Вовлечение родителей в совместную со школой работу по сохранению и укреплению здоровья детей.

**Задачи:** - Прививать детям интерес к систематическим занятиям физической

культурой и спортом;

- Развивать ловкость, силу, подвижность, активность, внимательность;

- Воспитывать чувства взаимопомощи, коллективизма и

доброжелательности.

**Спорт инвентарь:** скакалки, обручи, мячи, клюшки, шайбы, шлемы, эстафетные палочки, теннисные мячи, ракетки.

**Ход праздника:**

**Ведущий :** Добрый день, дорогие друзья, уважаемые гости, болельщики, подлинные любители спорта, ценители красоты и здоровья! Мы рады приветствовать Вас на нашей спортивно-развлекательной программе «Папа, мама, я – спортивная семья». Собрались мы здесь, чтобы помериться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Но это не главное в нашей встрече. Мы собрались, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться, приобщиться к здоровому образу жизни, физической культуре.

**Ведущий:**

Песнею звонкой, дружным парадом  
Мы начинаем наш праздник, ребята.  
Дружно крикнем, детвора,  
Празднику смелых,   
Празднику ловких,   
Празднику сильных…

**Все:** Ура! Ура! Ура!

**Ученики:**

Я хочу, друзья, признаться,  
Что люблю я по утрам  
Физкультурой заниматься,  
Что советую и вам.  
Вам зарядку делать надо,  
Много пользы от нее,  
А здоровье – вот награда  
За усердие твое.  
Вы на лыжах покатайтесь  
Каждый день хотя бы час,  
А здоровье – вот награда  
За усердие для вас.  
Мы желаем вам, ребята,  
Быть здоровыми всегда,  
Но добиться результатов  
Невозможно без труда.

**Ведущий:**

Каждый день у вас, ребятки,  
Начинается с зарядки.  
Сделать вас сильней немного  
Упражненья эти смогут.  
Утром, даже самым хмурым,  
Веселит нас физкультура.  
И, конечно, очень важно,  
Чтоб зарядку делал  
Каждый.

**Дети:**

Мы выходим на площадку,

Начинается зарядка.

Шаг – на месте, два – вперед,

А потом наоборот

Зарядка всем полезна

Зарядка всем нужна

От лени и болезни

Спасает нас она.

Для чего нужна зарядка?

Это вовсе не загадка –

Чтобы силу развивать

И весь день не уставать

Чтоб расти и закаляться,

Будем спортом заниматься,

Закаляйся, детвора

В добрый час – физкульт-ура!

**Танец «Делайте зарядку»**

**Ведущий :** Поприветствуем громкими аплодисментами наших участников.

Оценивать наши успехи будет жюри в составе которого:

Три команды ловких и сильных

Будут нынче у нас состязаться.

Постарайтесь же так состязаться,

Чтоб в хвосте никому не остаться.

- А сейчас команды должны представиться.

**Представление команд**

**Ведущий :** Команды приглашаются на старт. Внимательно слушаем, как правильно выполнить задание каждой эстафеты.

**1эстафета. «Эстафетная палочка»**

На площадке 2 стойки. Папы и дети добегают до дальней стойки, передают палочку, мамы - до ближней.

**2 эстафета. «Хоккеисты»**

Папа доводит мяч клюшкой до стойки, обегает с правой стороны и возвращается, назад продолжая вести мяч клюшкой. Передаёт эстафету маме, мама – ребёнку.

**3. Комбинированная эстафета**

Участники каждой команды ведут мяч до стойки, папы отжимаются 5 раз, мамы прыгают на скакалке 5 раз, дети делают «лягушку» 5 раз. Затем, двигаясь спиной, ведут мяч назад.

**4 эстафета. «3 ноги»**

Связаны ноги у взрослого и ребенка. Бегут до стойки и назад.

**5. Комбинированная эстафета**

Мамы несут мяч на ракетке, дети катят одновременно 2 мяча, папы ведут 2 мяча обручем. Назад бегут с мячом в руках.

**Танец «Это мое»**

**6 эстафета. «Прыжок в длину»**

Измеряется общая длина прыжка.

**7 эстафета. «Без тапочка»**

Мама собирает со всех членов команды одну обувь и относит к стойке, назад приносит обувь папе, он обувается, бежит за обувью для следующего игрока и т.д.

**8 эстафета. «Перекати – поле»**

Игроки перемещаются по полю, перекладывая 2 обруча, прыгают из одного в другой. Назад бегут с обручами в руках.

**9 эстафета «Такси»**

Папа по очереди «перевозит» всех участников на другую сторону. Участники прицепляются за спину.

Заранее подготовленные ребята исполняют:

Чистота- залог здоровья,  
Чистота нужна везде:  
Дома, в школе, на работе,  
И на суше, и в воде.

Руки с мылом надо мыть,  
Чтоб здоровенькими быть.  
Чтоб микробам жизнь не дать,  
Руки в рот не надо брать.

Физкультурой занимайся,  
Чтоб здоровье сохранять,  
И от лени постарайся  
Побыстрее убежать.

Ты зарядкой занимайся,  
Если хочешь быть здоров.  
Водой холодной обливайся -  
Позабудешь докторов.

Любим спортом заниматься:  
Бегать, прыгать, кувыркаться.  
А зима настанет -  
Все на лыжи встанем.

Несомненно, что здоровье  
С детства нужно укреплять.  
Физкультурой заниматься,  
Бегать, прыгать и играть.

Мама, папа мой и я -  
Мы спортивная семья!  
С физкультурой, спортом дружим -  
Лекарь нам совсем не нужен.

**Ведущий :** Для подведения итогов сегодняшних соревнований, слово предоставляется жюри.

**Грамотами и медалями** награждаются все участники соревнования.

**Ведущий :** Вот и закончился наш праздник. Надеюсь, что он вам запомнится. Мы думаем, каждый из вас всегда будет помнить, что здоровье – это главное богатство человека, и чтобы его сохранить, необходимо заниматься спортом, вести здоровый образ жизни. Желаем всем нашим гостям, участникам доброго здоровья!

**Дети:**

В мире нет рецепта лучше:  
Будь со спортом неразлучен.  
Проживёшь ты до ста лет!  
Вот тебе и весь секрет!  
Праздник нам кончать пора -  
Крикнем празднику: “Ура!”

**Ведущий.**

Всем спасибо за внимание,  
За задор, за звонкий смех,   
За азарт соревнований,  
Обеспечивший успех!  
Вот настал момент прощания,  
Будет кратка наша речь!  
Говорим мы: “До свидания,  
До счастливых новых встреч”.

(Звучит спортивный марш, участники соревнований покидают зал)