**Спортивный праздник**

**« Девчонки, мальчишки, а также их родители…»**

**Цели:**

-Пропаганда здорового образа жизни.

-Совершенствование связи семьи и школы через привлечение родителей к совместным с детьми общешкольным мероприятиям.

-Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой.

-Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

**Оборудование:** .2 ведра, 2 мяча,2 мешка. 2 обруча,2 больших мяча, буквы, 2 плаща,2 шапки, 2 зонта, канат.

**Ведущий:**

«Вот и настало счастливое время,

Всюду скакалки, скамейки, мячи,

Вместе со всеми в спортивной колонне

Сегодня и папы, и мамы, и вы!

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься,

Заниматься нужно вам!

На спортивную площадку  
Приглашаем, дети, вас.  
Праздник спорта и здоровья  
Начинаем мы сейчас!

Всем, ребята, мой привет  
И такое слово:  
Спорт любите с детских лет,  
Будете здоровы!  
Ну-ка, дружно, детвора  
Крикнем все:

**Дети:** Физкульт – Ура!

**Представление семейных команд**

**Ведущий 2.** Но прежде всего я представлю вас нашим зрителям. Команда, стоящая справа,- это…

**Дети.**Команда «Ну, погоди!». Наш девиз-«Я здоровье берегу, сам себе я помогу!»

**Команда «Ну, Погоди!»**

      Спорт, здоровью, очень нужен,

          Мы со спортом крепко дружим!

Вот здоровья в чём секрет –

Всем друзьям – физкульт-привет!

  «Пусть трудности будут у нас впереди,

  мы трудностям скажем: «Ну, погоди!»

**Ведущий 2.** Команда стоящая слева,- это…

**Дети.**Команда  «Силачи». Наш девиз-«Здоровье в наших руках».

**Команда «Силачи»**

Если хочешь стать умелым,

Сильным, ловким, смелым,

Научись любить скакалки,

Обручи, мячи и палки.

          « Спорт, здоровью, очень нужен,

            Мы со спортом крепко дружим!»

**Представление жюри.**

**Ведущий**.Соревнования судят:

*Главный судья.*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*Судьи*: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Слово предоставляется главному судье.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ведущий.**Команда «Ну , погоди!» к старту готова?

**Дети.**Готова ! Команде «Силачи»- наш физкульт - привет!

**Ведущий.**Команда «Силачи» к старту готова?

**Дети.**Готова ! Команде «Ну, погоди!» - наш физкульт – привет!

**Разминка**Без спортивной подготовки   
Игры трудно танцевать.   
Значит надо тренировки   
Никогда не забывать.   
Перед любыми соревнованиями необходимо провести разминку, т.е. подготовить свое тело к физическим нагрузкам, размять все мышцы, все как у серьезных спортсменов. Сейчас команды одновременно будут проводить разминку под руководством своих капитанов, а мы посмотрим, насколько качественно, эффективно, весело, дружно и согласованно команды подготовят себя к дальнейшему испытанию.

1) ***. Коллективный забег сороконожек*** – предстоящий забег необычен тем, что в нем участвует вся команда. Обхватив впереди стоящего игрока руками за талию, бегут за ведущим до назначенного места, например, той же импровизированной горы. Обегают ее и возвращаются назад. Очень важно при этом не столкнуться лбами с командой соперников и не споткнуться и не устроить «кучу малу».

**2)  Игольное ушко.**

Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 или 3 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующими обручами также. И так на обратном пути.

3) **Передача мяча** . Команды в колоннах стоят на линии старта. У каждого направляющего – капитана – в руках волейбольный мяч. Все игроки поднимают руки вверх. По сигналу судьи участники начинают передавать мяч над головой в конец колонны. Замыкающий, получив его, бежит в начало колонны и повторяет передачу мяча назад. Задание продолжается до тех пор, пока капитан не станет направляющим.

4)**«Бег в мешках».**  
  
Силу, ловкость показали, бегали и отдыхали   
А теперь такой вам конкурс вот команды предстоит   
Кто быстрее эстафету без штрафного пробежит   
Ну, а чтоб не просто бегать, с этим справимся и мы   
Мы на ноги вам наденем пусть не путы, но мешки

По очереди ребёнок, мама, папа в мешке прыгают до ориентира.

**5)** **Кто больше надует шариков**( у каждой команды шарик разного цвета)

**6**) **«Сиамские близнецы»**Команда разбивается на пары. Им нужно встать друг к другу спиной и крепко сцепиться руками, бежать только боком. Первая пара встает на линию старта боком, так же боком бежит до кегли и обратно, где передает эстафету очередным «близнецам».

7) «**Полезно - вредно»**Участники добегают до столика и выбирают карточки с положительными фразами, а вредные оставляют на столе. Каждый участник должен принести правильную табличку.  
  
-Читать лёжа.  
+Чистить зубы два раза в день  
-Смотреть близко телевизор.  
+Умывать  по утрам глаза.  
-Тереть глаза грязными руками.  
+Читать при хорошем освещении.  
-Часто есть сладкое.  
+Кушать фрукты и овощи.  
-Грызть ручки и карандаши.  
+Закаляться.  
+Гулять на свежем воздухе.  
-Надевать чужую одежду, обувь, головные уборы.  
+Помогать по дому.  
-Грызть ногти.  
+Кататься на лыжах.  
+Делать зарядку  
+Принимать душ  
+Завтракать по утрам  
-Работать за компьютером  
+Заниматься спортом

**8) «Кенгуру»**

Мяч держат между ногами и прыгают до черты. И так все участники команды по очереди.

**9)  Кажется, дождь начинается...**

Это эстафета. Участвуют 10-20 человек.  
Разделите группу на две команды с равным количеством игроков. Каждая команда получает плащ, зонтик и шляпу. Чем они глупее, тем лучше. По команде марш первый человек из каждой команды подбегает к стулу, одевает плащ и шляпу, затем, открыв зонтик, кричит: Кажется дождь начинается. Затем всё снимает и бежит назад к своей команде. Следующий игрок делает тоже самое.  
Выигрывает команда, которая быстрее закончит эстафету

**10) «Наборщик»**

Добежать до противоположной стороны зала, взять 1 лист с буквой и вернуться обратно. Эстафета считается законченной, когда команда выстроилась, держа перед собой составленное слово.

Использованные слова: здоровье  - наше богатство!

**11)** **Перетягивание каната**  
Сейчас командам предоставим   
Возможность силу проявить.   
Канат тянуть им сейчас придется   
А, ну болельщик, помоги!

.

**Подведение итогов. Награждение победителей**.

**Ведущий:**

Наш праздник завершается

Но мы грустить не будем

Пусть будет мирным небо

На радость добрым людям,

Пусть дети на планете

Живут, забот не зная,

На радость папам, мамам,

Скорее подрастая!

Дружите вы со спортом

Здоровыми все будьте

И наш спортивный праздник

семейный, не забудьте!