

# Сценарий семейного праздника «Папа, мама, я - спортивная семья!»

Составили: Комарова О.С.  
(учитель физической культуры)

## Ход мероприятия.

1. Всем добрый вечер! Мы рады приветствовать вас в стенах гимназии!  
Песнею звонкой, дружным парадом  
Мы начинаем нашу программу.

2. Дружно крикнем, детвора,  
Папам и мамам,  
Физкульт-ура!

1. Семья – это не просто слово. Это теплая улыбка мамы, добрые руки отца и веселый смех детей. Это - то место, где нас любят и ждут.  
Я с огромным удовольствием познакомлю вас друг с другом. (представление семей)

2. Посмотрите — как у нас  
Здесь собрался целый зал  
Рядом — папы, мамы  
Папы бросили диваны,  
Мама бросили кастрюли  
И костюмы натянули!

1. Все хотят соревноваться  
Пошутить и посмеяться  
Силу, ловкость показать,  
И сноровку доказать!

2. Этой встрече все мы рады,  
Собрались не для награды,  
Нам встречаться чаще нужно,  
Чтобы все мы жили дружно.

1. «Папа, мама, я - спортивная семья!»  
Значит, дружная семья!  
И здоровая семья!  
Без движения - ни дня  
Папа, мама, я!

2. Я думаю, что все согласятся со мной, что даже титулованные спортсмены не выйдут на площадку без разминки, которая у каждого своя. Первыми на разминку приглашаются мамы!  
Все мамы хотят быть стройными и гибкими! Уникальный спортивный тренажер, который вы держите в руках, в этом вам поможет! Нужно раскрутить обруч на талии.

1. Разминка продолжается для пап!

Любому папе, как главе семьи, желательно иметь не только крепкие нервы, но и крепкую шею, чтобы уметь, взвалив на свои плечи, любой груз забот, шагать по жизни с высоко и гордо поднятой головой! Будем тренироваться! Раскручиваем обруч на шее!

2. Мальчишки и девчонки! У вас в руках потрясающий предмет, с помощью которого можно развивать необыкновенную прыгучесть! Прыгаем через обруч, как через скакалку.

1. А теперь, когда мы размялись, начнём соревнования!

Здесь спортивным семьям рады,

Ждут вас конкурсы, награды.

Приглашаем поиграть,

Удаль, ловкость показать!

2. Внимание! Внимание!

Приглашаем всех на веселое состязание,

Предлагаем всем взять с собой терпение и быстроту. И так первый конкурс для команд «Представление»

**1. Девиз, название команды**

**2. Передача предметов**

Правила игры: Каждый член команды по очереди выполняет гладкий бег в руках мяч и колечко, передает эти предметы следующему участнику.

Инвентарь; кольцо, мяч

**3. Прокати мяч**

Правила игры: Участник по команды катит мяч до конуса, обкатывает первый конус, катит мяч до второго. У второго конуса участник берет мяч в руки, обегает конус и бежит с мячом в руках обратно.

Инвентарь: 6 конусов, 3 больших фитбола.

**4. Мусор**

Правила игры: Ребенок бежит высыпает из корзины «мусор» (кубики, мячики, различный мелкий инвентарь) в обруч, обегает конус, на обратном пути собирает

Бежит мама –высыпает «мусор», передает эстафету папе, папа собирает «мусор!»

Инвентарь: 3 корзины, 3 обруча, мячи, кубики, 3 конуса

**5. «Дружные водохлебы» для детей**

Правила игры: Мы всем предлагаем выпить 500 мл вкусной воды через соломинку. Но пить надо сразу всем членам команды одновременно. Кто быстрее выпьет воду, тот и победитель в этом конкурсе.

**6. Эстафета со скак-мячом**

Правила игры: Ребенок прыгает на скак-мяче до конуса, берет мяч в руки обегает конус обратно бежит бегом передает мяч родителям.

Родители держат мяч между собой передвигаются приставными шагами до конуса и обратно.

Инвентарь: 3 конуса, 3 скак-мяча.

**Конкурс с болельщиками:**

➤ кто больше перечислит спортивного инвентаря,

- игра с палками. Участники встают по кругу правым боком в центр круга у каждого в руках гимнастическая палка. По свистку каждый участник делает шаг вперед, отпуская свою палку старается взять палку участника, стоявшего перед ним. Если участник не успел поймать палку и она упала, то он выбывает из игры.

### **7. Тоннель**

Правила игры: Каждый участник пробегает в тоннель, обегает конус, бежит обратно к команде.

Инвентарь: 3 конуса, 3 тонеля

### **8. Конкурс «Сочинялки»**

Правила игры: досочиним стихотворение.

Удивляется народ

Почему сердит Федот?

### **9. Комбинированная эстафета**

Правила игры: Каждый участник по очереди выполняет прыжок через барьер, пролезть в обруч, прокатиться на тарелке, прыжок через барьер, обежать конус, вернуться бегом, передать эстафету.

Инвентарь: 3 конуса, 3 обруча, 6 барьеров, 3 вращающиеся тарелки.

### **10. Я пирожок.**

Правила игры: Мамы стоят напротив команды у стола, на столе стоит тарелка с водой и тарелка с мукой, ребенка бежит до мамы, мама макает лицо ребенка в воду потом в муку, ребенок произносит – «Я пирожок», бежит в команду, тоже самое делает папа.

инвентарь; 3 тазика, 3 тарелки, мука

1. Последний вид соревнований,

Мы завершили, и сейчас

Итог всех наших состязаний,

Пусть судьи доведут до нас.

2. Для подведения итогов слово предоставляется жюри.

1. Пусть все это только игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо - семья!

Храните ее, берегите ее!

Нет в жизни важнее цели!!!

2. Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех.

За огонь соревнования,

Обеспечивай успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

**Говорим всем – до свиданья,**

**До счастливых новых встреч!**