**СТАРТУЕМ ВМЕСТЕ!**

**Цель:** организация семейного здорового отдыха детей и родителей.

**Задачи спортивного праздника:**

-Формирование потребности в здоровом образе жизни;

-Привлечение детей и их родителей к систематическим занятиям

физической культурой и спортом;

- Участие родителей в физическом воспитании ребенка;

- Укрепление семьи и семейных уз.

**Захарова:**

Добрый вечер, дорогие участники и болельщики!

Сегодня в этом гостеприимном зале мы проводим спортивный праздник «Стартуем вместе!».

**Кусакина:**

Стартуют у нас сегодня мужественные и сильные папы, грациозные и прекрасные мамы, быстрые и ловкие дети. Дружными аплодисментами приветствуем спортивные семьи (представление семей):

5Акласс \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5Бкласс\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Захарова:**

Вы на победу все претенденты!

Здоровья Вам всем и бурные аплодисменты!

Команды! Равняйсь!

Всем смирно стоять!

Я буду вам судей сейчас представлять

Судьи соревнований: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Кусакина:**

Ну что, готовы вы соревноваться?

Ловкостью, скоростью, силой тягаться?

Спортивный надо дать ответ…

Ну, дружно всем физкульт – привет!!!

Чтоб было вам бежать легко, и не болела спинка,

Поможет в этом нам друзья, музыкальная РАЗМИНКА

*(под музыку «Зарядка» семьи выполняют разминку)*

Команды выстраиваются в две колонны

**Кусакина:**

Эстафета, эстафета! Пронесёмся, как ракета.

Есть в ней правило одно – один за всех и все за одного!

По сигналу первые участники бегут к ориентиру и рисуют забавную «свою» рожицу, обозначающую себя. Получится портрет команды — семьи.

Побеждает команда, которая быстрее справилась с заданием и нарисовала самый интересный «портрет».

***(2 ватмана, фломастеры, 2 стенда)***

*Подведение итогов.*

**Кусакина:**

Уж заждалась нас эстафета, а вместо палочки конфета.

2.Ребенок несёт конфету в руке, обегает стойку, передаёт маме (сестре), мама (сестра) несет на тыльной стороне ладони, обегает стойку, если передаёт папе, папа несёт конфету на голове туда и обратно; если конфета упала, её нужно поднять и продолжить эстафету.

***(2 конфеты)***

*Подведение итогов.*

**Кусакина:**

Вы молодцы, и всё у вас в порядке, теперь вы поработайте на грядке!

3.Ребёнок держит в руке пластмассовые овощи, по команде он раскладывает овощи в 3 обруча, обегает стойку, на обратном пути собирает овощи, передаёт маме, мама выполняет тоже, затем папа.

***( 6 обручей, 6 овощей)***

*Подведение итогов.*

**Кусакина:**

Все мы очень любим, поиграть с мячами,

а вот с двумя мячами попробуйте Вы сами*.*

4.Ребенок несет 2 баскетбольных мяча в руках, обегает стойку, передаёт маме, мама (сестра) один мяч, держит в руке, другим выполняет ведение мяча до стойки и обратно, если передаёт папе, папа катит два мяча до стойки и обратно.

***(4 баскетбольных мяча)***

*Подведение итогов.*

*Для болельщиков игра «Полезно – вредно»*

**Кусакина:**

1. Ковырять в ухе палочкой. (Вредно)

2. Слушать музыку в наушниках. (Вредно)

3. Чистить уши. (Полезно)

4. Не надевать шапку в холодную погоду. (Вредно)

5. Делать пирсинг. (Вредно)

6. Посещать лор-врача в качестве профилактики каждый год. (Полезно)

7. Промывать уши большой струей воды. (Вредно)

8. Постоянные бутерброды. (Вредно)

9.Свежевыжатый сок. (Полезно)

10.Свежие овощи, фрукты. (Полезно)

11.Жареная картошка. (Вредно)

12.Острые приправы. (Вредно)

13.Газированная вода. (Вредно)

**"Кто любит шоколад?"**

**или Кусакина**  «Сейчас посмотрим, какие вы внимательные ребята! Я буду вам задавать вопросы, а вы отвечайте: «Я». Но будьте внимательны, иногда лучше и промолчать.

– Итак, кто любит шоколад»?

– Я!

– Кто любит мармелад?

– Я!

– Кто любит груши?

– Я!

– Кто не моет уши? – ответ невнимательных: «Я!»

Общий смех. Ведущий преувеличенно удивляется: «Неужели есть такие дети, кто не моет уши? Вы, наверно, шутите! Слушайте и будьте внимательны!»

– Кто по улице гулял?

– Кто в лужу упал? – ответ невнимательных: «Я!» Но большинство уже молчит, слушает вопросы. Ведущий хвалит детей и продолжает:

– Кто маме помогал?!

– Кто пол подметал?

– Кто посуду помыл?

– Кто чашку разбил? – в ответ – хохот. Невнимательных уже почти не осталось. Эта игра вызывает восторг у детей от 6 до 11 лет.

**Кусакина:**

Из обруча в обруч, пролазьте дети смело

Будет стройным фигура и тело.

5. Папы держат в руках обруч, ребёнок пробегает через них до стойки, оббегает ее и возвращается также обратно.

**( 6 обручей)**

*Подведение итогов.*

**Кусакина:**

6.Задача пап - ведение кубика клюшкой между стойками и обратно. Следом за папами выходят мамы. Бег с подкидыванием ракеткой для бадминтона воздушного шарика.

***(конусы, 2 бадминтонные ракетки, 2 шарика)***

*Подведение итогов.*

**Кусакина:**

Что за чудо – скок да скок!   
Гляньте, тронулся мешок!  
Эй, хватай его, ловите,   
Поскорей мешок держите!

7.Команды строятся у стартовой линии в колонну и по свистку каждый участник команды на перегонки прыгает в мешке до стойки и возвращается тем же способом, передает эстафету следующему участнику.

***(2 мешка)***

*Подведение итогов.*

**Кусакина:**

Слово для подведения итогов предоставляется главному судье –

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

**Кусакина:**

Дорогие друзья!

Провели мы состязанья, и желаем на прощанье:

всем здоровье укреплять,

Мышцы крепче накачать.

Телевизор не смотреть, больше с гирями потеть.

На диване не лежать, на скакалочке скакать.

Отдохнули мы на славу. И победили вы по праву.

Похвал достойны и награды, и мы призы вручить вам рады.

Напиток, названный в честь великого футболиста (Кофе «Пеле»).

Зимняя спортивная игра (Хоккей).

«Летние» коньки (Ролики).

Куда надо забить гол? (В ворота).

Площадка для игры в теннис (Корт).

Зимняя спортивная площадка (Каток).

Главный человек на спортивной площадке (Судья).

