

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Холмовская детско-юношеская спортивная школа»
Холм-Жирковского района Смоленской области**

**Спортивно-конкурсная программа
«Здоровая семья - счастливая семья»**

**Разработал:
Тренер-преподаватель
первой квалификационной категории
Воробьева Екатерина Сергеевна**

**пгт. Холм-Жирковский,
2021 год**

Сценарий спортивно-конкурсной программы «Здоровая семья - счастливая семья»

Цели:

- *воспитательная:* воспитание чувства семьи, коллективизма, взаимопомощи; сплочение коллектива детей и семьи;
- *обучающая:* совершенствование связи семьи и школы через привлечение родителей к совместным с детьми общешкольным мероприятием;
- *развивающая:* развитие физических качеств: силу, ловкость, быстроту в эстафетах;
- *оздоровительная:* пропогандирование здорового образа жизни и активного отдыха; приобщение детей и их родителей к занятиям физической культуры.

Оборудование и ТСО:

- музыкальный центр, музыкальные фонограммы, фотоаппарат, микрофоны;
- мячи, стойки, мешки, обручи, скакалки, воздушные шары, буквы для составления слов Дружба! и Победа!.
- грамоты для награждения победителей конкурса, оценочные листы для жюри, призы.

Оформление зала: вывеска названия мероприятия: «Здоровая семья – счастливая семья», шары

Предварительная организационная работа:

- Подбор музыкальных фонограмм для музыкального сопровождения мероприятия.
- Подбор материала к мероприятию и написание сценария.
- Установка аппаратуры и оформление места проведения мероприятия (спортивный зал).
- Организация работы команды болельщиков: объяснение правил поведения на спортивно-массовых мероприятиях.

Ход мероприятия

Звучат фанфары, оповещающие о начале праздника. Выходят ведущие.

Ведущий 1: Добрый день, уважаемые гости, родители, дети!

Ведущий 2: Там, где царит атмосфера уважения, дружбы, взаимопонимания,
- там всегда праздник.

Ведущий 3: Наш праздник называется «Здоровая семья – счастливая семья».

Ведущий 4:

В семейном кругу мы с вами растём,
Основа основ – родительский дом.
В семейном кругу, все корни твои,
И в жизнь ты выходишь из семьи.
В семейном кругу мы жизнь создаём,
Основа основ – родительский дом.

Ведущий 3: А когда же родилась её величество семья?

На фоне музыки читают стих.

Ведущий 2: Оказывается давно. Когда-то о ней не слыхала земля, но...
Еве сказал перед свадьбой Адам
«Сейчас я тебе семь вопросов задам.
Кто деток родит мне, богиня моя?»
И Ева тихо ответила: «Я!»
«Кто их воспитает, царица моя?»
И Ева снова ответила: «Я!»
«Кто пищу сготовит, о радость моя?»
И Ева снова ответила: «Я!»
«Кто платье сошьёт? Постирает бельё?
Меня приголубит? Украсит жильё?»
«Я, я – снова вторила Ева, – я, я ...»
С этой поры и родилась семья!

Ведущий 1: В каждой семье есть нежность, красота женщины, сила и мужество мужчины, а ведь люди говорят:

Ведущий 3: «Хочешь быть здоровым – занимайся спортом»,

Ведущий 4: «Хочешь быть красивым – занимайся спортом».

Ведущий 2: И не надо забывать одну пословицу: «В здоровом теле – здоровый дух» (*хором*).

Ведущий 1: И тех, кто живут по этим принципам, вы сегодня увидите.

Ведущий 2: Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать дружные спортивные семьи.

Ведущий 1: Внимание! В зал приглашаются команды участники соревнований.

Под фонограмму песни «Весёлый ветер» входят команды и строятся.

Ведущий 2: Итак, перед вами две семейные команды, в каждой по шесть человека, четверо детей и по две мамы.

Ведущий 1: Оценивать ваши успехи будет жюри.

Слово предоставляется председателю жюри.

Ведущий 2: Первый конкурс для вас не бедствие – это всего лишь приветствие (название и девиз команды, приветствие командам соперникам).

Ведущий 3: Предоставляем слово жюри.

Ведущий 4:

Бег бывает очень разный,
Но всегда такой прекрасный.
Быстрый, медленный и средний,
Бег с препятствием, барьерный,
И выигрывает тот,
Кто ни в чём не отстаёт.
Только страсть, тяжёлый труд
Вас к победе приведут.

Эстафета: «Семья в обруче»

Команды строятся в колонну по одному за линией старта. Против каждой колонны на расстоянии 16м ставят поворотную стойку. У каждого направляющего в колонне – гимнастический обруч. По сигналу он выбегает вперёд, огибает поворотную стойку и возвращается в свою команду. За стартовой линией он надевает обруч на очередного игрока, и они бегут вдвоём. Первый участник остаётся около стойки, а капитан с обручем возвращается за вторым участником. И так до тех пор, пока капитан не

приведёт к стойке всю команду. Выигрывает команда, участники которой быстрее выполняют задание.

Ведущий 4: Предоставляем слово жюри.

Ведущий 3:

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

Эстафета: «Прыжки в мешке»

Участники на старте надевают мешок на ноги, держа его руками на уровне пояса, прыжками передвигаются до стойки, огибают её и возвращаются бегом к линии старта. За линией старта эстафета передаёт следующему участнику.

Ведущий 2: Пока судейская коллегия подводит итоги конкурса, а мы посмотрим, как болельщики болеют за свою команду. Теперь болельщикам задание.

Ведущий 4:

Скакалка, кто её не знает,
Она расти, нам помогает.
Попрыгать вас я приглашаю,
И свой секундомер включаю.

Ведущий 1: По одному болельщику от каждой команды (за 30 сек.)

Вы грандиозно так скакали,
Как будто бабочки порхали.
Спасибо большое болельщикам. (лучшая прыгунья получает сладкий приз)

Ведущий 4:

Со здоровьем дружен спорт.
Стадион, бассейн, корт,
зал, каток – везде вам рады.
За старание в награду
будут кубки и рекорды.
Станут мышцы ваши твёрды.

Эстафета: «Переправа в обручах»

Каждая команда строится в две колонны по одному за стартовой линией. В руках у ведущих – гимнастические обручи. По сигналу учителя первые участники каждой команды надевают обруч и бегут 10-15 м до линии

финиша. Первый игрок остается за линией финиша, а второй, не снимая обруч, возвращается и повторяет задание с третьим игроком. Второй игрок также остается за линией финиша, а переправу выполняет третий участник и т. д.

Побеждает команда, быстрее закончившая эстафету.

Ведущий 3: Предоставляем слово жюри.

Ведущий 4:

Мой весёлый, звонкий мяч.

Ты куда пустился в скач?

Жёлтый, красный, голубой

Не угнаться за тобой.

Эстафета: «Удержи мяч».

Удерживая животом большой надувной мяч, руки на плечи друг другу, два участника команды бегут приставными шагами до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.

Ведущий 3:

Молодцы! Молодцы!

Быстро бегать – это всем привычно,

С эстафетой справились отлично.

Вы нас всех здесь покорили,

Вы силу духа проявили.

Ведущий 2: Пока судейская коллегия подводит итоги конкурса, пока команды дух переведут, отдохнут, а мы посмотрим выступление гимнастов.

Ведущий 4: Предоставляем слово жюри.

Ведущий 3:

Поспела новая игра –

Нелегкое задание.

За дело взяться вам пора

И проявить старанье.

Эстафета: «Праздничная»

По залу разбросаны воздушные шары. Как можно больше собрать шаров и прикрепить их к обручу, чтобы получилась красивая гирлянда.

Заключительная эстафета.

Добежать до противоположной стороны зала, взять один лист бумаги с буквой и вернуться обратно, каждому участнику по очереди. Эстафета

считается законченной, когда команда выстроится, держа перед собой составленное слово.

Ведущий 2: Пока судейская коллегия подводит итоги конкурса, мы посмотрим инсценировку сказки «Репка» о здоровом образе жизни.

Ведущий 4:

Последний вид соревнований,
Мы завершили и сейчас
Итог всех наших состязаний,
Пусть судьбы доведут до нас.

Ведущий 3:

И вот подводим мы итоги,
Какие не были б они,
Пускай спортивные дороги
Здоровьем полнят ваши дни.

Ведущий 2: Просим команды выйти для награждения.

Ведущий 4: Предоставляем слово жюри. Награждение победителей грамотами и вручение призов всем участникам.

Ведущий 1: А сейчас мы с вами дружно исполним песню, но перед её исполнением мне хочется пожелать вам всем: пусть ваши лица устают только от улыбок!

Ведущий 2: Пусть ваши дети будут послушными!

Ведущий 2: Пусть ваш домашний очаг всегда светит любовью и счастьем! Команды поют песню на мелодию «Крутится, вертится шар голубой».

Члены команд:

Здоровье – это когда тебе хорошо!

Здоровье – это когда ничего не болит!

Здоровье – это красота!

Здоровье – это сила!

Здоровье – это гибкость и стройность!

Здоровье – это выносливость!

Здоровье – это гармония!

Здоровье – это когда утром просыпаешься бодрым и веселым!

Здоровье – это когда ты с радостью выполняешь любую работу!

Здоровье – это когда ты радуешься жизни!

Ведущий 2. Вы все правы. «Здоровье до того превышает все остальные блага, что здоровый нищий счастливее богатого короля»

Ведущий 1: Спасибо Вам, и до свиданья!

Ведущий 4: До новых встреч в спортзале этом.

Ведущий 3: Соединяйте спорт и знания,

Ведущий 2: И душу грейте добрым светом.

Ведущие (вместе): До новых встреч!

Под музыку команды выходят из зала.