**Спортивное соревнование "Вместе мы сила!"**

**1. Учредители и организаторы**.

Спортивное соревнование " Вместе мы сила!" организовано руководителем физического воспитания Лопатиной Викторией Евгеньевной. КГКУСО «Кавалеровский социально – реабилитационный центр для несовершеннолетних «Детство».

**2. Цели и задачи.**

Цель:

 содействие пропаганде физической культуры, здорового образа жизни и активного отдыха.

Задачи:

Формирование здорового образа жизни .

Воспитание физической культуры и нравственной сплочённости .

Развитие спортивных и двигательных навыков у детей и взрослых.

Профилактика и предупреждение заболеваний детей.

Приобщение к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом детей совместно с взрослыми.

Демонстрация достижений участников;

Рекомендации:

Заранее ознакомить участников мероприятия с условиями проведения праздника.

Дать рекомендации по подготовке домашнего задания.

Проинструктировать о правилах техники безопасности при проведении праздника.

При формировании команд учитывать возраст участников.

Заблаговременно подготовить инвентарь, оборудование, аудио аппаратуру.

Познакомить судейскую бригаду с правилами судейства, правильным выполнением тех или иных конкурсов.

Деятельность участников:

Дети и взрослые совместно выполняют задания и конкурсы, стараясь сделать их как можно лучше, быстрее и дружнее.

Дети и взрослые, готовят домашние задание: название, девиз, эмблему команды.

 Все вместе с болельщиками готовят плакаты и учат кричалки.

**3. Участники соревнований.**

К участию в соревнованиях допускаются команды. (5 взрослых + 5 детей)

Участники соревнований должны иметь спортивную единую форму и спортивную обувь.

**4. Сроки и условия проведения**

Соревнования проводятся 30 июня.

Начало соревнований - рекомендовано в 14.00.

Соревнования состоят из 8 эстафет (+1 резервная) и 3 музыкальных пауз.

Команда победительница определяется по наибольшей сумме набранных очков.

5. Подготовка к соревнованию:

 Роль руководителя ф.в.:

 Подготовить грамоты для награждения победителя и участника соревнования.

 Раздать командам задания. Подготовить необходимый спортивный инвентарь.

 подготовка протоколов;

Роль жюри:

систематизация оценочной шкалы;

подсчет результатов.

Музыкальные паузы: песенные и танцевальные номера.

**ХОД СОРЕВНОВАНИЯ:**

Ведущий: "Здравствуйте, дорогие взрослые! Здравствуйте, дорогие ребята! Милости просим, дорогие болельщики и гости! Сегодня здесь, в спортивном зале собрались две дружные команды, а также многочисленные болельщики команд и наши гости! Здравствуйте! Собрались мы здесь, чтобы помериться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Но это не главное в нашей сегодняшней встрече. Мы собрались, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться, посмотреть, что умеют наши дети и могут наши взрослые.

Ведущий: наше жюри (представление жюри)

Предлагаю познакомиться с нашими командами:

**"Представление команд" (1 конкурс).**

Команды называют название команды и девиз, представляют эмблему.

Ведущий: Перед началом нашего соревнования я хочу также обратить внимание на наши правила.

* Играем не ради корысти, а ради удовольствия своего, и других.
* Будь стойким. Не унывай при неудачах и не злорадствуй.
* Если выиграл - радуйся, но не зазнавайся.
* Не упрекай партнера за промахи, но постарайся поправить беду своими успехами.
* Сохраняй спокойствие независимо от исхода игры.

**"Сложи слово" (2 конкурс).**

2 скакалки, буквы.

Участникам предлагается сложить из букв слово «Физкультура».

Каждый член команды берет со старта одну (закрытую) букву и бежит к противоположной стене, на которой натянута веревка. Вешает букву на свое место и возвращается обратно, передавая эстафету. И так до тех пор, пока последний участник не вернется к месту старта и не будет сложены слова. (Только последний участник имеет право переставлять буквы)

Побеждает самая быстрая команда.

Если слова сложено неверно: за каждую букву "+1" очко в копилку соперника

**Спорт, ребята, очень нужен,**

 **Мы со спортом очень дружим.**

 **Спорт - помощник!**

 **Спорт - здоровье!**

 **Спорт - игра!**

 **Физкульт - ура!**

**"Бег в мешках" (3 конкурс)**

Пропрыгать в мешке до стойки и обратно.

Конкурс на время.

**"Дружба нам всего важней!**

 **Побеждая,**

 **Мы пройдем повсюду с ней!**

 **В спорте другу помогая,**

 **Сам становишься сильней!"**

**"Лыжные гонки" (4 конкурс):**

4 картонные коробки,8 кеглей.

Используя картонные коробки как лыжи пройти между кеглями до стойки и обратно.

Конкурс на время.

МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА.

Ведущий: Сейчас для вас музыкальный подарок. (ВЫСТУПЛЕНИЕ)

Ведущий: Представляю слово жюри. (Жюри подводит промежуточный итог)

**"Вмecтe весело танцуем,**

 **Вместе весело поем.**

 **Вместе мышцы укрепляем,**

 **Потому не устаем".**

**"Собери утят" (5 конкурс)**

4 обруча,2 фартука,2 клюва.

 Разделится на пары (взрослый, ребенок)

 В обруч становится один ребенок и один взрослый и они вдвоем бегут к стойке. Там ребенок остается и ждет, пока к нему переведут всех детей. Последняя пара бежит к стойке. Взрослый одевает шапочку утки, фартук на себя и детей, и вместе с ними возвращается к линии старта.

**"К битвам спортивным**

 **Все мы готовы.**

 **Каждый уверен в силе своей.**

 **И побеждает на финише снова**

 **Дружба, сплоченность команды моей".**

**"Вспомни детство" (6 конкурс).**

У каждого взрослого члена команды в руках воздушные шарики (разных цветов). Надуть шарики.

По свистку участник начинает движение: пролезает в обруч, добегает до стула. Кладет шарик и садится сам, стараясь своим весом лопнуть шарик. Затем по прямой возвращается обратно, передает эстафету. Так до последнего участника.

Конкурс на время.

МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА

Ведущий: Сейчас для вас музыкальный подарок. (ВЫСТУПЛЕНИЕ)

**Праздник – сложная задача,**

 **Пусть сопутствует удача.**

 **Если все уже готово,**

 **Пусть жюри замолвит слово!**

Ведущий: Представляю слово жюри. (Жюри подводит промежуточный итог)

**"Кто смотрит привычно уныло и хмуро,**

 **Пусть примет наш добрый совет:**

 **Получше , надежней дружить с физкультурой,**

 **В ней юности вечной секрет!"**

**"Покажи свое умение" (7 конкурс):**

участвует по одному болельщику от каждой команды

Им предлагается: попрыгать через скакалку и покрутить обруч.(кто дольше)

**"Золушка" (8 конкурс)Участвуют дети.**

 “Золушка” Эстафету начинает 1 участник Он берет в руки ведро, в котором находятся кубики, и по сигналу бежит вперед, на средней линии высыпает кубики, возвращается назад и передает пустое ведро 2 участнику. Он бежит, собирает кубики, передает ведро следующему, который вновь высыпает кубики. И так далее. В эстафете побеждает та команда, кто быстрее соберет “мусор” в ведро и вернется в команду.

Ведущий: Представляю слово жюри. (Жюри подводит итог)

**Нелегким будет спор за каждую игру.**

 **В одно мы верим искренне и свято.**

 **Все те, кто любят спорт, –**

 **Надежные ребята!**

**"Творческий конкурс" (9 конкурс):**

**(Конкурс капитанов).** Участвует вся команда. Капитан команды зачитывает текст стихотворной физкультминутки, а остальные стараются синхронно ее исполнить. На подготовку дается 1 минута. В это время болельщикам предлагается отгадать загадки.

Ведущий: Молодцы! Со спортом вы дружны. Фантазия у вас есть, и творчество тоже.

**Конкурс кричалок(10 конкурс).** Участвуют болельщики.

**Эстафета! Эстафета!**

 **Пронесемся, как ракета!**

 **Есть в ней правило одно –**

 **Один за всех и все за одного!**

**Эстафета.(11 конкурс)**

Оборудование: обручи ,туннель, кони.

Все становятся в колонну по одному, на коне доскакать до обруча ,положить коня, пролезть сквозь 2 обруча, пролезть сквозь туннель, вернуться бегом к коню, доскакать к своей команде ,передать эстафету следующему участнику.

**А сейчас все на места вы становитесь**

 **И немножко притаитесь.**

 **Прошли все испытанья вы.**

 **И без сомненья,**

 **В конце пути, как обещали мы.**

 **Вас ждут призы и награжденья.**

Объявление команды победителей. Награждение.

Команде-победителю вручаются медали и грамоты.

Грамотой награждается команда, занявшая второе место.

Ведущий:

**Перед тем, как с вами попрощаться**

 **Я хочу вам пожелать!**

 **Здоровья крепкого,**

 **Почаще улыбаться,**

 **И никогда не унывать!**

 **До свидания! До новых встреч.**

Приложение 1.

НЕОБХОДИМЫЙ ИНВЕНТАРЬ И ОБОРУДОВАНИЕ

Веревка

2 комплекта букв слова ( ФИЗКУЛЬТУРА)

2 мешка

8 кеглей

2 стойки

4 картонные коробки

6 обручей

2 скакалки

20 воздушных шариков

2 коня

2 туннеля

 **Протокол соревнований**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название конкурса** |  |  |
| **1** | **Представление команды (до 5 баллов)** |  |  |
| **2** | **Сложи слово** |  |  |
| **3** | **Бег в мешках** |  |  |
| **4** | **Лыжные гонки** |  |  |
| **5** | **Собери утят** |  |  |
| **6** | **Вспомни детство** |  |  |
| **7** | **Покажи свое умение(болельщики)** |  |  |
| **8** | **Золушка** |  |  |
| **9** | **Конкурс капитанов** |  |  |
| **10** | **Конкурс кричалок(до 5 баллов)** |  |  |
| **11** | **Эстафета** |  |  |

**Выигрыш -5 баллов**

**Проигрыш-3 балла**