# Внеклассное мероприятие: «Неразлучные друзья – взрослые и дети».

**Цель:** Пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи:**

1. Укрепление здоровья детей и их родителей.
2. Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства дружбы.
3. Пропаганда здорового образа жизни.
4. Определение сильнейшей команды.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Инвентарь:** кегли, обручи, баскетбольные мячи, воздушные шары, надувные мячи, спортивные скамейки, 2 совка, 2 набора продуктов, 2 хозяйственные сумки, барьеры, “ковры-самолёты” (обычные коврики),свисток, рулетка, стойки, скакалки.

**Зал** украшен воздушными шарами, плакатами.

**Оформление:** лозунги-плакаты:“Хочешь быть сильным – бегай!”, “Хочешь быть красивым – бегай!”, “Хочешь быть умным – бегай!”, “Спорт – это здоровье”, “Спорт – это успех”, “Спорт – это дружба”, “Спорт – сильнее всех”, “Нет большей победы, чем победа над собой”.

**Музыкальное сопровождение:** спортивный марш.

**Участники:** ученики 7 класса и их родители.

**Награждение:**

1. Победитель награждается грамотой и призом.

**Ход праздника**

Под звуки спортивного марша команды заходят в спортивный зал, и строятся в одну шеренгу к жюри.

Ведущий I Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Сегодня здесь в спортивном зале собрались две команды: учеников 7 класса и их родителей, а также многочисленные болельщики.

А собрались мы здесь, чтобы посоревноваться в силе, ловкости, скорости и выносливости, Но не это главное в нашей встрече. Мы не будем ставить рекорды, определять чемпиона и выбирать самых сильных и ловких. Наша цель другая. Мы собрались для того, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться друг с другом, посмотреть, что умеют наши дети и их родители.

Ведущий II

И неважно, кто станет победителем в этом шуточном соревновании, а победитель обязательно будет, главное – чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Пусть дружба объединит с этого дня две разные по возрасту команды в один дружный коллектив и пусть нашим девизом станут эти простые слова «Неразлучные друзья – взрослые и дети»

Ведущий I

Пусть сегодняшняя товарищеская встреча будет по-настоящему товарищеской. Я призываю команды к честной спортивной борьбе. Желаю всем успеха. Пусть победит сильнейший, а выигрыше пусть останутся наша дружба и сплоченность. А сейчас мы познакомимся с главными действующими лицами нашего праздника.

**Дети читают стихи.**

Посмотрите – ка, у нас Все хотят соревноваться

Здесь собрался 7-й класс. Пошутить и посмеяться,

А напротив – папы, мамы, Силу, ловкость показать

Папы бросили диваны, И сноровку доказать.

Мамы бросили кастрюли

И костюмы натянули.

Этой встрече мы все рады, И еще на праздник в зале,

Собрались не для награды. Мы гостей к себе позвали.

Нам встречаться чаще нужно Убедитесь, что у нас

Чтобы все мы жили дружно. Самый дружный в школе класс.

Ведущий II

Объявляю товарищескую встречу между командами учеников 7 класса и их родителей открытой. Соревнования пройдут по нескольким видам. Напоминая, что за победу в каждом виде команда-победительница получает 1 очко, проигравшая 0, в случае ничейного исхода, команды получают по 1 очку.

**папы** – *(делают шаг вперед)*

Вот они перед нами – слегка бодрые, местами подтянутые и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно – мы узнаем позже (*папы встают на свои места*).

Ведущий I

**мамы** – *(делают шаг вперед)*

Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки: плита, бег по магазинам, прополка, стирка, уборка. И даже ежегодные передышки 8 марта не выбивают их из колеи. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам *(мамы делают шаг назад).*

Ведущий II

И, наконец, **наши дети**! *(дети делают шаг вперед)*

Это они еще с пеленок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружескую команду, ставя перед собой все новые задачи: тяжело в учении, легко в бою.

Ведущий I

По плечу победа смелым, ждет того большой успех  
Кто, не дрогнув, если нужно вступит в бой один за всех.  
Пусть жюри весь ход сраженья без промашки проследит  
Кто окажется дружнее, тот в бою и победит.  
Делу время, час забаве. Команды слово-то за вами

(*пожелания соперникам, говорят команды*)

Ведущий II

Представляем вам судейскую коллегию (*организатор внеклассной работы, учителя физической культуры, представители родительского комитета, совета школы).*

**Спортивная часть праздника**

***1 конкурс***

Разминка очень важна для спортсменов, так как можно увидеть и сильные и слабые стороны противника.  
И наш конкурс **“Веселая переправа”.**

Два обруча связаны между собой в виде восьмёрки.

4 участника бегут внутри обручей (по 2 в каждом) до ограничительного знака. Затем два участника остаются у знака, а два бегут обратно. У линии старта добавляется по одному человеку в каждый обруч, упражнение повторяется до тех пор, пока вся команда переправиться на другую сторону зала.

***2 конкурс* “Прыжки на мяче ”.**

Как хорошо, что есть игры на свете,  
В которых радость движения с мячом.  
Объединяет нас мяч на планете  
И зажигает сердца наши огнем.  
После первого задания  
Внимательно слушайте  
Второе испытание.

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

Второй конкурс все команды продемонстрировали отличное владение мячом и хорошую физическую подготовку. А сейчас проведем третий конкурс.

***3 конкурс* “Гонка надувных шаров в воздухе”.**

Вот заданье потрудней,  
Помудрей и посложней.  
Чтобы Вам вперед идти,   
Нужно воздушный шар вести.

Двигаясь вперед до стойки, подбивают гимнастической палкой воздушный шар и назад таким же способом (*результат определяется по первому, прибежавшим на финиш*).

***4 конкурс* “Сбор мусора”.**

По залу разбросаны воздушные шары. Не трогая шары руками, с помощью совка подцепить один шар, отнести его в “корзину” и вернуться обратно.

Жюри подводит предварительный итог после четырех конкурсов и ведущий предлагает участникам соревнований отдохнуть и посмотреть номер художественной самодеятельности.

***5 конкурс*“Надувные шары ”.**

Вижу я со стороны  
Команды в технике равны.  
Взглянуть хочу я побыстрей  
Чьи команды пошустрей.

На полу разложены шары (по числу участников). Каждый участник команды должен садиться на воздушный шар так, чтобы он лопнул. Кто быстрее налопает шаров, тот и выиграл. После конкурса, все лопнувшие шары отдаются жюри для подсчета

***6 конкурс* “За продуктами”.**

На противоположной стороне зала на стуле лежат продукты (чай, соль, макароны, семечки, лимонад, лавровый лист, “Ролтон”, шпроты). Взяв хозяйственную сумку, участник отправляется “за продуктами”. Перепрыгнув через 2 обруча, добегает до стула, кладёт в сумку 1 продукт, возвращается обратно и передаёт сумку следующему игроку.

***7конкурс* “Посиделки”.**

Да, очень славно потрудились,  
И видно славно утомились.  
Однако, что еще придумать,  
Чтоб без падений и без шума.  
Ага! Есть славная забава  
Она придется Вам по нраву.

Участники команд усаживаются на спортивные скамейки в затылок друг другу и передают сидящему сзади игроку два надувных мяча. Последний с мячами бежит, садится вперёд и снова передаёт мячи. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах.

Жюри подводит предварительный итог после семи конкурсов, и ведущий предлагает участникам соревнований отдохнуть и посмотреть номер художественной самодеятельности. ( Свое творчество демонстрируют мамы и папы. Они исполняют песни и частушки).

***8конкурс* “Переправа через туннель ”.**

Все хотят соревноваться,

Пошутить и посмеяться,

Силу, ловкость показать

И сноровку доказать.

***9конкурс* “Наездница баба - яга ”.**

Лихо на метлу вскочу

И полсвета облечу

Кто скорей придет из вас,

Тот очко себе придаст.

Первый участник команды садится верхом на метлу, завязав на голове косынку. Прыгает на метле до стойки и возвращается тем же способом, передает эстафету следующему участнику.

***10 конкурс* “Праздничная”.**

Спортивное соревнованье –   
Это то же рисованье.  
Ведь спортсмен, он как художник,  
Его мир эмоций сложен.  
И друзья мои, сейчас

Слово нам пора собрать!

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

Ведущий II

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

Ведущий I

(*команды для подведения итогов праздника строятся в центре спортивного зала*)

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

Ведущий II

Пусть юность, дружба, спорт и мир  
Всегда шагают с нами рядом.  
Кого мир спорта закружил,  
Тот смотрит дружелюбным взглядом.  
Сегодня стали мы сильнее.  
Сегодня стали мы дружнее.

Ведущий I

Сегодня проигравших нет,  
Есть просто лучшие из лучших.  
Пусть в каждом сердце дружбы свет,  
Зажжет поступков добрых лучик.

Ведущий I

Для подведения итогов слово предоставляется жюри.  
(*объявляются итоги в командном зачете спортивного праздника, проводится награждение*)

Ведущий II

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!

**Команда родителей.**

**Название *«Кеды».***

**Девиз: *«Вспомним старые победы и опять наденем кеды».***

**Песня:** Морозным вечером, вечером, вечером,

Когда нам, взрослым, прямо скажем

Делать нечего.

Мы в школу дружно все придем,

Поговорим о том, о сем

И состязания смешные проведем.

**Припев:** На старт мы выходим,

Костюмы с кедами старыми

В чулане мы найдем,

И в школьном спортзале

Команду дружную

Мы соберем.

Пускай нам завтра будет трудно, пускай,

Но ты победу только им не уступай.

Играть будем честно!

Мы не сдадимся вам – ты так и знай!

Нам нынче весело, весело, весело!

И наши мамы, как гимнастки могут сделать все.

Пусть пробегутся раз и два

Под крики громкие «Ура!»

Но завтра все же заболит у них спина!

А папы бравые, бравые, бравые

С дивана поднялись с улыбкою лукавою,

Метнули мячик далеко,

Через спортзал бегут легко,

А утром трудно будет им идти пешком.

**Припев:**

На старт мы выходим,

Костюмы с кедами старыми

В чулане мы найдем,

И в школьном спортзале

Команду дружную

Мы соберем

Пускай нам завтра будет трудно, пускай,

Но ты победу только им не уступай.

Играть будем честно!

Мы не сдадимся вам – ты так и знай!

**Команда детей.**

Раз, два, три, четыре

Три, четыре, раз, два.

Кто шагает дружно в ряд?

Шумный наш третий класс!

А зале мамы, в зале папы

Мы собрались в первый раз

И хотим сегодня вместе

Поприветствовать мы вас.

***Команда: «Веселые ребята»***

***Девиз: «Нам не страшно ничего, мы посмотрим, кто - кого!»***

**Приветствие сопернику:**

Мы веселые ребята

И не любим мы скучать,

С удовольствием мы с вами,

Будем бегать и играть.

Соревнуясь нынче с вами,

Мы останемся друзьями.

Так пусть борьба кипит сильней

И наша дружба крепнет с ней!

**Песня ( на мотив «Мы едем, едем…»).**

В спортивном зале этом и ты, и он, и я

Веселые ребята приветствуют, друзья!

Сейчас мы вам покажем,

Подробно, без прикрас,

Что выступить сумеем,

Покажем высший класс.

**Приветствие жюри ( на мотив «Сердце волнуется…»).**

Жюри, проследи ты внимательно

Сраженье еще впереди

И мы тебя просим старательно:

Соперникам не подсуди!

Заботится сердце,

Сердце волнуется

Сраженья еще впереди

И выиграть очень нам хочется

Жюри, справедливо суди!

**Приветствие болельщикам ( на мотив «Орленок, орленок…»).**

Болельщик, болельщик!

За нас поболей ты

И нас поддержи ты во всем,

Чтоб мы победили

И радостно жили

В поселке своем дорогом.