**Семейный праздник.**

**(учитель – Шубина Ирина Викторовна)**

**«Страна Здоровячков».**

**Девиз соревнований:**

**«Проверить себя,**

**поверить в себя,**

**помочь себе,**

**победить себя!»**

**Цели:**

**- приобщать родителей к школьной жизни класса;**

**- тренировать и развивать силу, ловкость, находчивость;**

**- воспитывать чувство дружбы, сплочённости, желание**

**укреплять своё здоровье.**

**Оборудование: - спортивный инвентарь для проведения эстафет: (баскетбольный и футбольные мячи, прыгалки, обручи, канат, кегли, маты, гимнастические палки, воздушные шары);**

**-для игры «Спортивный муравейник»**

**грамоты «Самому сильному…»,**

**«Самому меткому…»,**

**«Самой энергичной и пластичной…»,**

**«Самой ловкой…»**

**-музыкальное сопровождение праздника.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Музыкальное сопровождение.**  **Ведущий 1.**  **Ведущий 2.**  **Стихи читают дети.**  **Ведущий 1.**  **Ведущий 2.**  **Музыкальное сопровождение**  **Победители в личном первенстве:**    **Серфинг**  **Дельтаплан**  **Испания**  **Марафон**  **Кроль**  **Сумо**  **2**  **Парусная регата**  **Хоккей на льду**  **Футбол, шахматы**  **(Белое полотнище с пятью переплетенными кольцами синего, черного, красного, зеленого и желтого цветов. Утверждён в 1914 г.)**  **(В Африке.)**  **( Чебурашка;)**  ***Перекличка песен* (номер художественной самодеятельности от каждой команды*)***  **Музыкальное сопровождение** | **(Звучит спортивный марш, все участники праздника под громкие аплодисменты делают круг почёта по залу и рассаживаются на свои места)**    Добрый вечер!  -Добро пожаловать, гости дорогие!  Веселья вам да радости желаем!  Давно мы вас ждём – поджидаем,  Праздник без вас не начинаем.  Для каждого из вас сегодня найдётся и местечко, и словечко.  Гость есть гость – хозяину радость! Мы благодарим вас всех за то, что вы откликнулись на наше приглашение.  1.Чем жива семья сегодня?  Всех проблем не одолеть,  И порою забываем,  Что в заботах и тревогах  Главное – семью сберечь.  2.Дом, в котором мы живём,  Самый лучший в мире дом!  Память добрую о нём  Мы всю жизнь в сердцах несём.  Пусть тепло и добрый свет  Будут в нём на тысячу лет!  3.Дом, в котором мы живём,  Это очень шумный дом.  После разных дел с утра  В нём всегда идёт игра!  4.Мамы, папы, словно дети,  Сами ждут минуты эти.  Им на игры, право слово,  Не хватает выходного.  5.А на празднике, друзья,  Нам без игр никак нельзя.  Больше страсти, больше смеха,  Пусть вовсю идёт потеха!!!  Все мы знаем, как полезно заниматься физкультурой, как необходимо закаляться, делать зарядку, бывать на свежем воздухе…  Но, как трудно бывает пересилить себя, встать пораньше, сделать пробежку, облиться холодной водой. Мы откладываем всё на потом.  А что если попробовать прямо сейчас  **«Проверить себя, поверить в себя, помочь себе, победить себя!»**  6.Вы слышали о некой загадочной стране?  Она приснилась как-то кому-то вдруг во сне.  Дороги здесь – канаты, а мостики – батут.  Бассейном океаны в Спортландии зовут.  7.- Кто ловок, крепок, строен,  В Спортландию спешат.  Всегда в ней ждут и взрослых,  И маленьких ребят.  8.Привет, страна Спортландия!  Мир спорта, игр, детей!  - К тебе, страна Спортландия,  Ведём своих друзей.  8. Песней звонкой,  Дружным парадом  Мы начинаем Спартакиаду!  Дружно крикнем, детвора,  Празднику смелых,  Празднику ловких,  Празднику сильных…  ВСЕ: УРА! УРА! УРА!  В нашем классе 12 человек занимаются спортом, они отдали предпочтение определённым направлениям. Сегодня для нас они подготовили показательные выступления. Давайте их поприветствуем громкими аплодисментами.  **Показательные выступления детей по спортивным направлениям: тхекван-до, до-джитцу, гимнастика, баскетбол.**  А теперь пришло время познакомиться с членами уважаемого **жюри,** оценивать выступления сегодня будут:  9. По плечу победа смелым,  Ждёт того большой успех,  Кто, не дрогнув, если нужно,  Вступит в бой один за всех.  10.- Пусть жюри весь ход сраженья  Без промашки проследит.  Кто окажется дружнее,  Тот в бою и победит.  Делу - время, час - забаве. В спортивном празднике принимают участие **3** команды. **Пришло время представиться и поприветствовать друг друга.**  Например:  1. Мы любим песни пляски,  Хоккей, футбол, салазки.  Мы сил не пожалеем –  Покажем, что умеем.  А если проиграем –  На вас обиды нет:  Команде «Неболейки»-  Привет! Привет! Привет!  2.Спорт- помощник!  Спорт – здоровье!  Спорт – игра!  «Крепышам» -  Физкульт-ура! И т.д.  **(Звучит музыка, команды выстраиваются на старт в две шеренги для эстафет)**  **1.эстафета.**  Спортивные соревнования начинаем с бега. По сигналу первый участник бежит до поворота, обегает кеглю и возвращается обратно, передав эстафету следующему участнику. Побеждает команда, чей последний игрок первым достигнет финиша.  **2 эстафета.**  **Инвентарь: мячи, обручи, скакалки (по одному на каждую команду)**  1эт.- Папа, зажав между коленями мяч, прыжками перемещается, до лежащего в 10 метрах от линии старта обруча, кладёт в него мяч, берёт скакалку, возвращается к команде и передаёт скакалку маме.  2эт.- Мама, прыгая через скакалку, бежит к обручу, садится в него, затем встаёт и возвращается к финишу, прыгая через скакалку.  3эт. – Ребёнок бежит к обручу, берёт мяч, лежащий в нём, выполняет бросок в кольцо, ловит мяч и возвращается, держа мяч в руках.  **Побеждает команда, показавшая лучшее время, при этом учитывается и количество заброшенных мячей в кольцо.**  **3 эстафета. «Футбол и баскетбол»**  **Инвентарь: по одному футбольному и баскетбольному мячу, кегли, маты-ворота.**  1эт. – Участник, ведя мяч ногами, подражая футболисту, обводит кегли и старается забить гол в ворота от намеченной линии, затем берёт мяч в руки и по прямой возвращается к команде.  2эт. – Другой игрок берёт баскетбольный мяч и , подражая баскетболисту, обводит кегли, старается забить мяч в корзину от намеченной линии, затем берёт мяч в руки и по прямой возвращается к команде.  **Побеждает команда, которая быстро, правильно и точно проделает весь маршрут.**  **4 эстафета. «Волк и семеро козлят»**  По сказке семеро козлят были заперты дома, но Волк обманным путем проник в их дом и козлят съел. Домами в этой эстафете будут две половинки волейбольной  площадки. Одна половинка – дом «козлят» одной команды, вторая половинка – дом другой команды. В каждой команде нужно выбрать семь «козлят» и одного «Волка.» «Козлята» сразу занимают свои дома и располагаются в них. Кому как нравится. По сигналу оба «Волка» входят в дом противоположной команды и начинают ловить «козлят». Тот, кого поймали (дотронулись рукой), уходит с площадки (он съеден).  **Чей «Волк» быстрее всех съел «козлят», та команда побеждает**. **Козлятам в этой игре эстафете можно убегать от «Волка», но нельзя покидать дом, т.е. выскакивать за пределы площадки. Итак, приятного аппетита!**  **4 эстафета. «Кто обуется быстрее?»**  Все участники праздника снимают обувь и аккуратно расставляют её на середине зала. Ведущий перемешивает обувь одной и другой команды. По сигналу участники должны найти свою обувь, обуться и построиться на исходной позиции.  **Кто это сделает быстрее, тот и победит.**  **5 эстафета. Велогонки.**  **Инвентарь: 2 гимнастические палки.**  Кататься на велосипеде – это удовольствие и спорт. Спортивный велосипед отличается от спортивного и специальными шинами, и формой руля. А бывают спортивные велосипеды, на которых едут сразу 2 велогонщика? Представьте, что именно на таком велосипеде предстоит соревноваться и нам. Конечно, велосипед будет не настоящий, его заменит обыкновенная гимнастическая палка. Палку нужно оседлать сразу двум участникам. Они велосипедисты. Каждому велодуэту, удерживая между ногами палку, предстоит проехать до поворота и обратно.  **Побеждают, как всегда, в велоспорте самые быстрые.**  **6 эстафета. Конкурс пантомим.**  **Каждая команда должна выбрать 3 вида спорта и показать действия без слов, а команда соперников-попробует догадаться о чём идёт речь.**  **Жюри оценивает творчество и оригинальность исполнения пантомимы.**  **7 эстафета. «Кто быстрее?»**  **Инвентарь: по обручу каждой команде и 20-30 надувных шариков.**  По сигналу участники подбегают к разноцветным шарам и привязывают их к гимнастическим обручам, пока все шары не кончатся.  **Та команда, у которой окажется больше шаров на обруче, и станет победителем в этой игре.**  ***Игра – соревнование «Спортивный муравейник».***  **(Инвентарь: гири, обручи, скакалки, мишень для дротиков или теннисных мячей, 3-4 тен. мяча, грамоты: «Самому сильному…», (**  **«Самой энергичной и пластичной…»**  **« Самой ловкой…»**  **«Самому меткому…»)**  Все участники праздника делятся на 4 группы:  А – папы **(Кто сильнее?** Им предстоит выжимать гирю или подтягиваться, или отжиматься)  Результаты суммируются.  Б – мамы (**Кто дольше прокрутит обруч?)**  В –дочки ( **Кто больше сделает прыжков за 1минуту?)**  Г – сыновья (**Кто точнее?** Метание в цель дротиков или теннисных мячей; бросок баскетбольного мяча в корзину).  **Личное первенство + командное (по сумме баллов)**  **Подведение итогов в личном первенстве, награждение. (Вручение грамот, медалей)**  ***\*\*\*Эрудит – шоу. «Что мы знаем о спорте?»***  **Инвентарь: по одному флажку каждой команде.**  В ПОСЛЕДНИЕ ГОДЫ ЗАМЕТНО ВОЗРОС интерес к спорту среди людей разных возрастов. Мы с удовольствием следим за соревнованиями на спортивных каналах, сами принимаем участие в походах, ведём здоровый образ жизни, дети защищают честь школы, а родители – честь предприятия на соревнованиях различного уровня. **Подтверждением тому являются стенды, с грамотами, дипломами, медалями, а также подбор фотографий на тему « Сам себе я помогу и здоровье сберегу!»**  Сейчас я предлагаю ответить командам на вопросы, касающиеся различных видов спорта. Если вы знаете правильный ответ, то быстро должны поднять флажок.  1.Как называется вид спорта, представляющий из себя движение вдоль прибрежного прибоя на толстой деревянной или пластиковой доске?  2. Как называется летательный аппарат, обладающий небольшим весом, способный перенести с места на место одного или двух человек в места, труднодоступные для вертолёта или самолёта?  3.В какой стране появились современные шахматы?  4.Как называется изнурительный бег на длинные дистанции, который является испытанием выносливости бегунов?  5.Самый скоростной вид плавания?  6. Назовите самый известный стиль борьбы у японцев?  7.Сколько игроков от одной команды принимают участие в пляжном волейболе?  8.Какие соревнования никогда не состоятся, если не будет ветра?  9. Какая спортивная игра считается самой быстрой в мире?  10. Какими видами спорта увлекался Витя Малеев из повести Н. Носова «Витя Малеев в школе и дома»  11. Что представляет собой олимпийский флаг?  (Белое полотнище с пятью переплетенными кольцами синего, черного, красного, зеленого и желтого цветов. Утверждён в 1914 г.)  12. Верно ли, что каждое из пяти переплетенных колец символизирует определенный материк?  **(Верно. Олимпийское движение имеет свою эмблему – 5 переплетенных колец: голубого – Европа, желтого – Азия, зеленого – Австралия, красного – Америка и черного – Африка цветов)**  13. В какой части света ни разу не проводились Олимпийские игры современности?  14. Какой персонаж мультфильма стал талисманом сборной России на Олимпиаде-2004?  15. Каждая команда получит лист, где записаны фамилии известных спортсменов. Ваша задача – определить, каким видом спорта занимается тот или иной человек. Кто это сделает быстрее и правильно, тот и победит на этом этапе.   |  |  | | --- | --- | | Александр Анюков | Футболист | | Альберт Азарян | Гимнаст | | Александр Алёхин | Шахматист | | Александр Авербух | Прыгун с шестом | | Марат Сафин | Теннисист | | Данила Изотов | Пловец | | Дмитрий Ярошенко | Биатлонист |   (как вариант, можно перепутать виды спорта, а команды должны правильно соединить стрелками фамилии спортсменов и виды спорта)  **Заключительная эстафета «Перетягивание каната»**  Вы, наверное, не поверите, но когда-то этот вид спорта входил даже в олимпийскую программу. Теперь настоящие спортсмены про него и не вспоминают. Я предлагаю восстановить добрую олимпийскую традицию и провести в качестве последней эстафеты соревнования по перетягиванию каната. (5попыток, или до 3-х побед)  **Успехов командам!**  **Пока жюри подводит итоги, предлагаю каждой команде показать номер художественной самодеятельности на спортивную тематику.**  **1к. –**  **2к. -**  **3к. -**  **Танец с обручами (участвуют все девочки)**  **Подведение итогов (Слово жюри).**  **Награждение семей, принявших активное участие в семейных стартах.**  **Ответное слово детей:**  **Выступление детей (частушки)**  Запевай моя подружка,  Подпою тебе и я.  Мы с весёлою частушкой  Неразлучные друзья.  Лучше папы человека  В целом мире не сыскать!  Гвозди он забить сумеет  И бельё прополоскать.  Я мамулечку люблю,  Как конфетку сладкую.  Её никем не заменю,  Даже шоколадкою.  В школу папы прибежали,  Ух, народу сколько тут!  Где же будут состязанья,  Где награды раздают?  Папа мой – великий мастер,  Может полку смастерить.  Только к нам соревноваться  Он не думает спешить.  А мой папа – молодец!  На работе лучший спец.  Мы на старт его поставим  И выигрывать заставим.  Папа мой с большим успехом  В состязаньях выступал:  Полпути со скакалкой прыгал,  Полпути бегом бежал.  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.  Мамам, папам мы желаем  Не стареть и не болеть,  Больше спортом заниматься,  Чувство юмора иметь.  **"Прописные истины" здоровья (дают дети, исполняющие частушки)**  • Спите в прохладной комнате, это твердо помните"  • Ноги выше головы — и помолодеешь ты"  • Не плыви пассивно по течению, найди себе увлечение"  • Не хныкать, не стонать, а лучше песни распевать"  • Не шаркать ногами, ходить с поднятыми, расправленными плечами"  • Вредные привычки сожги, как спички"  • Напрягай свои мысли, чтоб мозги не закисли"  • Не ворчать, не бурчать, окружающих постараться понять"  • Хороший, качественный сон — для старости заслон"  • Много ходить — в хорошей форме быть"  • Желаний не стало — старость настала.  Праздник нам кончать пора –  Крикнем празднику: «УРА»  Спорт – помощник!  Спорт – здоровье!  Спорт – игра!  Всем зрителям, участникам –  Физкульт-ура!  Сегодня нет побеждённых, потому что на празднике царили дружба, внимание, весёлый спортивный азарт, а всё это несёт нам крепкое здоровье и долголетие.  Желаю каждой семье благополучия, счастья, любви, радости, понимания, и побед во всём больших и малых.  **Все:**  **\*\*\*Пусть всё это только игра,**  **Но ею сказать мы хотели:**  **Великое чудо - семья!**  **Храните её, берегите её**  **Нет в жизни важнее цели!!**  **Товарищеская игра «Калейдоскоп» (для желающих)**  **7 минут - баскетбол.**  **7 минут – волейбол**  **7 минут - футбол**  **Подведение итогов.**  **Приложение:**  **Частушки:**  Мы спортивные частушки  Приготовили для вас.  На ходу их сочинили,  Исполняем в первый раз.  Мы уроки физкультуры  Просто обожаем,  Основные нормативы  Легко опережаем.  Лучше всяких кенгуру  Прыгать я в длину могу.  Долго этому учился,  На уроках не ленился!  Если ты болеешь часто,  Начни срочно закаляться.  Солнце, воздух и вода –  Наши лучшие друзья!  Мы в любой спартакиаде  Дадим фору в 100 очков!  Не должно быть в нашем классе  Разгильдяев, слабаков!  Вот хотели вам пропеть  Частушечки спортивные,  Извините, что не так –  Певцы мы примитивные.  « **Трус не играет в хоккей»**  Звенит в ушах лихая музыка атаки  Точней отдай на клюшку пас сильней ударь  И всё в порядке если только на площадке  Великолепная пятерка и вратарь  Суровый бой ведет ледовая дружина  Мы верим мужеству отчаянных парней  В хоккей играют настоящие мужчины  Трус не играет в хоккей  Трус не играет в хоккей  Пусть за воротами противника все чаще  Победной молнией пульсирует фонарь  Но если надо защищается блестяще  Великолепная пятерка и вратарь  Суровый бой ведет ледовая дружина  Мы верим мужеству отчаянных парней  В хоккей играют настоящие мужчины  Трус не играет в хоккей  Трус не играет в хоккей  Красивых матчей будет сыграно немало  И не забудем не забудем мы как встарь  В сраженьях золото и кубки добывала  Великолепная пятерка и вратарь  Суровый бой ведет ледовая дружина  Мы верим мужеству отчаянных парней  В хоккей играют настоящие мужчины  Трус не играет в хоккей  Трус не играет в хоккей  **Герои спорта**  Будет небесам жарко!  Сложат о героях песни.  В спорте надо жить ярко,  Надо побеждать честно!  Замерли вокруг люди,  Светятся экраны теле…  Верьте, что рекорд будет!  Знайте, мы близки к цели!  Мы верим твёрдо в героев спорта.  Нам победа, как воздух, нужна…  Мы хотим всем рекордам  Наши звонкие дать имена!  Дерзкий путь наверх сложен,  Лидерам сегодня трудно…  Знаем: победить сможем,  Если совершим чудо!  Судьи будут к нам строги,  Но, в конце концов, поверьте,  Скажут нам, что мы – боги,  Скажут: «Молодцы-черти!»  Шествуй на Олимп гордо,  К солнечной стремись награде  Ради красоты спорта,  Родины своей ради!  Надо побеждать честно,  Надо жить на свете ярко!  Сложат и о нас песни, –  Будет небесам жарко!  Мы верим твёрдо в героев спорта.  Нам победа, как воздух, нужна…  Мы хотим всем рекордам  Наши звонкие дать имена! |