Сценарий проведения внеклассного мероприятия

**Папа, мама, я – спортивная семья**"

Разработал учитель физической культуры высшей категории Муниципального бюджетного образовательного учреждения средней образовательной школы №11

Кропоткинского городского поселения муниципального

образования Кавказский район

Коваленко Андрей Валерьевич.

**Цели и задачи:**

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

**Место проведения:** спортивный зал.

**Оборудование и инвентарь**:

Секундомер, свисток, рулетка, стойки (флажки или кегли), мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные), воздушные шары, скакалки, обручи, мешки, канат.

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: Команды-семьи участвуют в количестве трех человек – папа, мама и ребенок – капитан команды.

Награждение:

Победитель награждается медалью, грамотой и призом.

Призеры награждаются грамотами и сладкими призами.

Семьи можно наградить по номинациям:

“Самая сплоченная семья”; “Самая волевая семья”; “Самая быстрая, ловкая, умелая”.

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

Ведущий I- Пожалуйте гости дорогие, пожалуйте!

 Веселья вам да радости!

 Давно мы вас поджидаем,

 Праздник без вас не начинаем.

 У нас для каждого найдется: и словечко, и местечко!

(команды занимают свои места)

Ведущий II - Здравствуйте! Здравствуйте! Здравствуйте!

 Сегодня здесь, в спортивном зале

 Мы спорт, уменье совместим.

 Мы этот славный праздник с Вами

 Прекрасным играм посвятим.

Ведущий I - Мы видим здесь приветливые лица

 Спортивный дух мы чувствуем вокруг

 У каждого здесь сердце олимпийца

 Здесь каждый спорту и искусству друг.

Ведущий II- Тот победит в соревнованье

 Кто меток, ловок и силен

 Покажет все свое уменье

 Кто духом, телом закален.

Ведущий I- О спорт, дорогой!

 По жизни с тобой

 Дружить нам всегда

 Дай Бог, на долгие года!

 Наполняет нас радость движенья.

 Сердце бьется в груди веселей!

 И спортивной победы мгновенья

 Дополняют улыбки друзей.

Ведущий II- И учиться нам спорт помогает

 Ведь здоровье - основа всего

 Кто со спортом по жизни шагает

 Тот и может пойти далеко.

 О спорт, дорогой!

 По жизни с тобой

 Дружить нам всегда

 Дай Бог, на долгие года!

Ведущий I- Приятно говорить слова такие

 Своих гостей, встречая у дверей

 Мы вам так рады гости дорогие.

 Так рады…

Ведущий II- Позвольте открыть наш чемпионат по семейному многоборью "Папа, мама, я – спортивная семья!" И представить команды участников наших соревнований.

Ведущий I- 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 II- 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 I- И, наконец, капитаны команд! (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 II - 1 команда (название)

 Папа

 Мама

 Капитан команды

2 команда (название)

 Папа

 Мама

 Капитан команды

3 команда (название)

 Папа

 Мама

 Капитан команды (и т.д.)

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

Ведущий I - 1 конкурс

Разминка очень важна для спортсменов, так как можно увидеть и сильные и слабые стороны противника.

 И наш конкурс “Веселая переправа”

Первые выступают папы. На гимнастических шарах проходят дистанцию. И передают эстафету мамам. Мамы: передвигаются на 2-хбумажных листах формата А-4, поочередно передвигая их, но при этом стоят на них (на пол не сходить). Доходят до флажков, и бегут назад. Следующим двигается капитан команды. Ребенок использует для переправы два обруча - из одного обруча перепрыгивает в другой.

Ведущий II - 2 конкурс

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.

(Семьи расположение за общей линией старта)

Первыми начинают папы: обводят футбольным мячом стойки до флажка и возвращаются таким же способом. Вторыми начинают мамы: выполняют по прямой подбивание (волейбольного) мяча до стойки и обратно. Третьими начинают дети: ведение баскетбольного мяча вокруг кеглей или стойки). И назад финишировать.

Ведущий I

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

3 конкурс

Вот заданье потрудней,

 Помудрей и посложней.

 Чтобы Вам вперед идти,

 Нужно воздушный шар вести.

Папы двигаясь вперед до стойки подбивают гимнастической палкой воздушный шар и назад таким же способом (результат определяется по первому, прибежавшим на финиш). Передают мамам воздушный шарик и гимнастическую палку. Стоя в кругу по свистку начинают наступать друг другу на шарик (у кого шарик останется целым, та мама и выиграла).

Ведущий II - Вижу я со стороны

 Команды в технике равны.

 Взглянуть хочу я побыстрей

 Чьи капитаны пошустрей.

На полу разложены шары (количество не ограничено). Капитаны команд должны садиться на воздушные шары так, чтобы они лопнули. Кто больше налопает шаров, тот и выиграл. После конкурса, все лопнувшие шары отдаются жюри для подсчета.

Ведущий I- 4 конкурс

Баскетбольное волненье

 Я люблю переживать.

 Радости и огорченья

 Для меня как благодать.

 Красотой игры пленяюсь

 Дух бойцовский поддержу.

 Мастерством я восхищаюсь.

 Ах! Баскетбол люблю!

Ведущий II - 4 вид - в кольцо послать

 Вам надо баскетбольный мяч.

 Лишь точность рук и меткость глаз

 Позволит Вам попасть не раз.

Ведущий I - Папы сажают ребенка на плечи. Мама подает баскетбольный мяч. Ребенок должен броском попасть в баскетбольное кольцо. На игру дается 90 секунд (считается количество попаданий).

 (этот конкурс могут выполнять одновременно две или несколько команд, в зависимости от наличия баскетбольных колец).

Ведущий II - Вы хорошо попадали,

 Ловко с мячом управляли.

 Время вы зря не теряли.

 Упорно тренировались.

Ведущий I - Пока судейская коллегия подводит итоги за четыре конкурса рекламная пауза.

 (группа поддержки одной из команд показывает свой танец)

Ведущий II - Подведены итоги за четыре конкурса. Слово предоставляется судейской коллегии.

Ведущий I - Продолжаем наши состязания по семейному многоборью.

Ведущий II - 5 конкурс

Что за чудо – скок да скок!

 Гляньте, тронулся мешок!

 Эй, хватай его, ловите,

 Поскорей мешок держите!

Ведущий I - 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.

Ведущий II - Завершился конкурс в мешках.

6 конкурс - Выбирай прыжки по нраву –

 С высоту или в длину,

 И толчковой левой, правой

 Рви пространства тишину.

 Если сильно размахнулся

 Оттолкнулся побыстрей,

 То считай, прыжок удался

 Ты лети в полет смелей

Ведущий I - Сейчас Вы (команды) должны продемонстрировать свои прыжковые способности, такие физические качества как ловкость, быстроту, гибкость. От ваших личных результатов будет зависеть успех ваших команд.

“Прыжок в длину с места”.

Все команды строятся в колонну по одному в произвольном порядке у общей линии старта. Первые номера прыгают в длину с места, отталкиваясь двумя ногами одновременно. Замер производится по пяткам первого касания пола. Вторые номера прыгают с места приземления первого и т.д. Места команд определяются по дальности отметок последних (3-х) участников.

Ведущий II - Команды прыгали отлично, задав высокий тон нам состязанием. Сегодня все достойны высшей похвалы, все команды проявили сплоченность и волю к победе. Но во всех соревнованиях есть кто-то лучший. Сейчас попросим судейскую коллегию подвести итоги по шести прошедшим конкурсам. (один член из судейской коллегии объявляет результаты)

Ведущий I - 7 конкурс

Приглашаются команды на эстафету.

1. Бег с эстафетной палочкой (выполняет вся семья).

2. Бег с гимнастической палкой (бег начинают папы сверху на палке, добегают до стойки, оббегают, возвращаются, забирают маму, затем ребенка).

3. “Каракатица” (упор руками и ногами, спина параллельно полу, передвигаться руками вперед).

4. Ведение “большого” теннисного мяча до отметки и метание мяча в цель.

5. Эстафета “Все сразу” - команды бегут одновременно в полных составах. Участники берутся за руки (или встают в колонну, берутся за пояс) бегут до стойки, оббегают ее и возвращаются к финишу.

Пообедает команда, участники которой, не расцепив руки, первой займут исходное положение. Места команд определяется по порядку финиширования.

Ведущий II - Молодцы! Молодцы!

 Быстро бегать – это всем привычно,

 С эстафетой справились отлично.

 Вы нас всех здесь покорили

 Вы силу духа проявили.

Пока судейская коллегия подводит итоги конкурса, пока наши команды дух переведут, отдохнут, а мы посмотрим как болельщики болеют за свою команду.

Ведущий I - Теперь болельщикам заданье. Свою команду поддержите. По одной болельщицы от каждой команды.

8 конкурс - А девочкам через скакалку,

 По полминуте прыгать нужно.

 Чтоб веселее им скакалось,

 Поддержим их хлопками дружно.

Ведущий II - Скакалка, кто ее не знает,

 Она расти нам помогает.

 Попрыгать Вас я приглашаю,

 И свой секундомер включаю.

(по одной девочке от команды одновременно прыгают со скакалкой. Считается количество прыжков за 30 секунд. Побеждает участница, у которой количество прыжков больше)

Ведущий I - Вы грациозно так скакали,

 Как будто бабочки порхали.

Спасибо большое болельщицам.

 (лучшая прыгунья получает сладкий приз или грамоту)

Ведущий II - 9 конкурс

Спортивное соревнованье –

 Это то же рисованье.

 Ведь спортсмен, он как художник,

 Его мир эмоций сложен.

 Спорта чудные мгновенья,

 Ищут в красках воплощенье.

 И друзья мой, сейчас!

 Рисовать пора для Вас!

Ведущий II - Я приглашаю “семьи” принять участие еще в одном конкурсе “Угадай, что нарисовано”.

 (участники конкурса получают по два листа с рисунками, изображающим часть спортивного инвентаря. Необходимо дорисовать его)

Ведущий I - Какие Вы замечательные художники.

10 конкурс - 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.

Ведущий II - Есть у нас одна игра

 Вам понравится она,

 Выходите на площадку

 Стройтесь дружно по порядку.

 Пап, мам и ребят

 Вызываем на канат.

Ведущий I - Попрошу я, Вас на старт

 На прочность испытать канат.

(команды соревнуются в перетягивании каната).

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 I - Спасибо Вам, и до свиданья!

 До новых встреч в спортзале этом.

 Соединяйте спорт и знанья

 И душу грейте добрым светом.

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!