**Спортивное соревнование "Папа, мама, я - спортивная семья"**

**Разделы:** [Спорт в школе и здоровье детей](http://festival.1september.ru/sport/), [Внеклассная работа](http://festival.1september.ru/outdoors/)

**1. Учредители и организаторы.**

Спортивное соревнование "Папа, мама, я - спортивная семья" организовано учителем физического культуры Муниципального общеобразовательного учреждения « Средняя общеобразовательная школа» с Визинга Шуйской Ниной Владимировной.

**2. Цели и задачи.**

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

**Задачи:**

* Формирование здорового образа жизни семей .
* Воспитание физической культуры и нравственной сплочённости семьи.
* 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 родителями.
* 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.
* Оформить красочное внешнее оформление зала.
* Заблаговременно подготовить инвентарь, оборудование, аудио аппаратуру.
* Познакомить судейскую бригаду с правилами судейства, правильным выполнением тех или иных конкурсов.

**Деятельность участников:**

* Дети и их родители совместно выполняют задания и конкурсы, стараясь сделать их как можно лучше, быстрее и дружнее.
* Дети, родители, классный руководитель готовят домашние задание: название, девиз, эмблему команды.
* Классный руководитель вместе с болельщиками готовит плакаты и учит кричалки.

**3. Участники соревнований.**

К участию в соревнованиях допускаются семейные команды. (3 взрослых + 3 ребенка)

Варианты составов:

Мама и ребенок.

Папа и ребенок.

Участники соревнований должны иметь спортивную единую форму и спортивную обувь.

**4. Сроки и условия проведения**

Соревнования проводятся согласно плану воспитательной работы в спортзале школы.

Начало соревнований - в 12.00.

Соревнования состоят из 8 эстафет (+1 резервная) и 2 музыкальных пауз.

Команда победительница определяется по наибольшей сумме набранных очков.

**5.** **Подготовка к соревнованию:**

1. *Роль учителя:*

Сделать медали, подготовить грамоты для награждения победителя и участника соревнования. Украсить зал соответственно теме. Раздать командам задания. Подготовить необходимый спортивный инвентарь.

2. *Работа с жюри:*

* подготовка протоколов;
* систематизация оценочной шкалы;
* подсчет результатов.

3. *Взаимодействие с классными руководителями:.*

Музыкальные паузы: песенные и танцевальные номера.

Предварительная работа с детьми - подготовка стихотворных выступлений.

**ХОД СОРЕВНОВАНИЯ**

Ведущий: Здравствуйте дорогие гости – уважаемые папы, мамы, дети! Мы рады видеть вас на нашем празднике. Наш праздник посвящен году «Семьи». Сегодня мы проводим соревнование-конкурс «Папа, мама, я – спортивная семья!». Во все времена человек стремился к здоровому образу жизни, желал познать пределы своих возможностей, не боясь бросить вызов судьбе. И часто выходил победителем.

А спорт это и есть: жизнь, здоровье, риск, поиск, победа. На нашем празднике мы рады приветствовать дружные спортивные семьи \*\*\*,  \*\*\*,  \*\*\*.

Поприветствуем родителей дружных спортивных семей.

**Приглашаем глав семейств.**

Вот они, все перед вами – слегка бодрые, местами подтянутые и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно мы узнаем позже. Мы хотим пожелать нашим мужчинам сохранять такую же боевую готовность к участию в школьных делах, которые только выигрывают от их участия!

**А вот и мамы!**

Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки в женском троеборье: плита, бег по магазинам, уборка. Мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам в соревнованиях, потому что известно, что семья держится на трех китах – женщина, женщина и еще раз женщина!

И наконец, капитаны команд! Это они еще с пеленок долгие годы объединяли своих родителей в дружную команду, ставя перед ней все новые и новые задачи.

Дети, участвующие в соревновании, читают стихи.

1-й ученик:

Если хочешь стать умелым,
Сильным, ловким, смелым,
Научись любить скакалки,
Обручи и палки.
Никогда не унывай,
В цель мячами попадай.
Вот здоровья в чём секрет -
Всем друзьям - физкульт-привет!

2-ой ученик:

Спорт, ребята, очень нужен,
Мы со спортом очень дружим.
Спорт - помощник!
Спорт - здоровье!
Спорт - игра!
Физкульт - ура!

3-й ученик:

"Дружба нам всего важней!
Побеждая,
Мы пройдем повсюду с ней!
В спорте другу помогая,
Сам становишься сильней!"

4-ый ученик:

"Вмecтe весело танцуем,
Вместе весело поем.
Вместе мышцы укрепляем,
Потому не устаем".

5-ый ученик:

"К битвам спортивным
Все мы готовы.
Каждый уверен в силе своей.
И побеждает на финише снова
Дружба, сплоченность команды моей".

6-ой ученик:

"Кто смотрит привычно уныло и хмуро,
Пусть примет наш добрый совет:
Получше, надежней дружить с физкультурой,
В ней юности вечной секрет!"

:

**1."Представление команд"**

Команды дружно называют название команды и девиз, представляют эмблему.

Жюри оценивает: название - максимально 5 очков

**девиз** - максимально 5 очков

**эмблему** - максимально 5 очков

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

Играем не ради корысти, а ради удовольствия своего, и других.

Играем честно! Обидно, когда проигрываешь, но все равно, не злись.

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.

**2."Сложи слово"**

Участникам предлагается сложить из букв слово:

Первой команде: хоккей

Второй команде: футбол

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.

Победа - 5 очков

Участие - 3 очка

Если слово сложено неверно: за каждую букву **"+1" очко в копилку соперника.**

**3."Шайбу, шайбу!"**

При помощи хоккейной клюшки надо провести мяч между кеглями до стойки и обратно.

Конкурс на время.

Победа - 10 очков

Участие - 5 очков

Сбитая кегля "-1" очко

**4."Лыжные гонки**.

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

Конкурс на время.

Победа - 5 очков

Участие - 3 очка

**5"Лопни шарик"**

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

По свистку участник начинает движение: пролезает в обруч, обегает по кругу кеглю, 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.

Победа - 5 очков

Участие - 3 очка

**МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА.**

Ведущий: Сейчас для вас музыкальный подарок. (ВЫСТУПЛЕНИЕ)

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

**6."Покажи свое умение"**участвует по одному болельщику от каждой команды

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

Конкурс на время.

Папы: подымают гирю (за 30 сек)

Мамы : крутят обруч ( кто дольше)

Дети : выполняют прыжки через скакалку ( за 30 сек)

Победа - 3 очка (в каждом виде отдельно)

Участие - 2 очка (в каждом виде отдельно)

**7.«Бег пингвинов»:** капитан команды, зажав волейбольный мяч между колен, прыгает до поворотного конуса, обежав его, бегом передает мяч папе, затем маме. В случае потери мяча подобрать его и продолжать соревнование. Побеждает команда, раньше закончившая эстафету. Победа - 5 очков

Участие - 3 очка

***8***. **«Переправа по кочкам»:** передвижение по 2 квадратам («кочкам») до конуса, обратно бегом, квадраты в руках. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

Победа - 5 очков

Участие - 3 очка

Ведущий: сейчас мы проведем юмористическую эстафету, в которой участвует вся семья.

Перед тем как дать старт эстафете, я задам вопросы-шутки командам.

Вопросы:

1. Назовите имя первой женщины – летчика? (Баба-яга).

2. Как называется летательный аппарат Бабы-Яги? (Ступа).

3. Назовите лучшего друга Бабы-Яги. (Кощей-Бессмертный). Вы, наверное, догадались, что юмористическая эстафета будет называться

9.  **«Баба-Яга»:** мама раскладывает на полу 6 теннисных мячей из пластмассового ведра по ходу передвижения. Ребенок скачет на метле верхом до конуса и обратно. Папа с помощью метлы вновь собирает мячи в ведро. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

Победа - 5 очков

Участие - 3 очка

**МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА**

Ведущий: Сейчас для вас музыкальный подарок. (ВЫСТУПЛЕНИЕ)

Пока жюри подводит итоги, мы проведем игру со зрителями. Я буду задавать вопросы на спортивную тему, а вы хором отвечайте.

**I игра- викторина для болельщиков**:

1. В какой игре пользуются самым легким мячом? (настольный теннис)

2. Сколько игроков в баскетбольной команде? (пять)

3. В каком виде спорта самый низкий старт? (в подводном)

4. Назовите средства закаливания? (солнце, воздух, вода)

5. Назовите только женский гимнастический снаряд? (бревно)

6. Какой спортсмен бежал как угорелый (пожарник)

7. От кого нужно беречь защитников в игре? (от нападающих)

8. Как называют вратаря? (голкипер)

9. Участвовали ли женщины в древних Олимпийских играх? (нет)

10. В каком виде спорта спортсмены наносят друг другу уколы? (в фехтовании)

**II игра- викторина для болельщиков:**

1. В какой игре пользуются самым тяжелым мячом? (в баскетболе)

2. Сколько игроков в футбольной команде? (11)

3. В каком виде спорта самый высокий старт? (в парашютном)

4. Какому спортсмену нежелательно иметь открытое лицо? (боксеру)

5. Как называют игрока в футболе, который мечтает о безразмерных воротах? (нападающий)

6. Какой результат может быть в игре? (победа, поражение, ничья)

7. Каким нужно прийти к финишу (кроме первого), чтобы обратить внимание зрителей на себя? (последним)

8. Без чего судья не может выйти на поле? (без свистка)

9. Что требует зритель в хоккее? (шайбу)

10. Где проводились первые Олимпийские игры? (в Греции)

**Подведение итога соревнований.**

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.](http://festival.1september.ru/articles/584441/pril1.doc)

НЕОБХОДИМЫЙ ИНВЕНТАРЬ И ОБОРУДОВАНИЕ

* Веревка
* Буквы к словам: хоккей и футбол
* 2 хоккейные клюшки
* 2 теннисных мяча
* 8 кеглей
* 2 стойки
* 4 картонные коробки
* 6 обручей
* 2 скакалки
* 20 надутых воздушных шарика

**ОТЧЕТ О ПРОВЕДЕНИИ**

Спортивное соревнование было проведено 31 октября 2015 года в 12.00, согласно плана воспитательной работы школы.

В соревновании приняли участие 5 "Б" класс и их родители..

В ходе соревнования были две музыкальные паузы-поздравления:

- танец "Полечка"

- песня "Моя Россия"

В конкурсах-эстафетах приняли участие не только команды, но и болельщики.

В результате со счетом 59\56 победила команда 3 "Б" класса. Обе команды награждены ДИПЛОМАМИ и призами.

Цели и задачи мероприятия достигнуты.

Фототчет2

Приложение 2.

**I игра- викторина для болельщиков**:

1. В какой игре пользуются самым легким мячом? (настольный теннис)

2. Сколько игроков в баскетбольной команде? (пять)

3. В каком виде спорта самый низкий старт? (в подводном)

4. Назовите средства закаливания? (солнце, воздух, вода)

5. Назовите только женский гимнастический снаряд? (бревно)

6. Какой спортсмен бежал как угорелый (пожарник)

7. От кого нужно беречь защитников в игре? (от нападающих)

8. Как называют вратаря? (голкипер)

9. Участвовали ли женщины в древних Олимпийских играх? (нет)

10. В каком виде спорта спортсмены наносят друг другу уколы? (в фехтовании)

**II игра- викторина для болельщиков:**

1. В какой игре пользуются самым тяжелым мячом? (в баскетболе)

2. Сколько игроков в футбольной команде? (11)

3. В каком виде спорта самый высокий старт? (в парашютном)

4. Какому спортсмену нежелательно иметь открытое лицо? (боксеру)

5. Как называют игрока в футболе, который мечтает о безразмерных воротах? (нападающий)

6. Какой результат может быть в игре? (победа, поражение, ничья)

7. Каким нужно прийти к финишу (кроме первого), чтобы обратить внимание зрителей на себя? (последним)

8. Без чего судья не может выйти на поле? (без свистка)

9. Что требует зритель в хоккее? (шайбу)

10. Где проводились первые Олимпийские игры? (в Греции)

**Протокол соревнований: «Папа, мама, я - спортивная семья»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Название команды |  |  |  |  |
|  |  |
| **1."Представление команд"**Жюри оценивает: название - максимально 5 очков**девиз** - максимально 5 очков**эмблему** - максимально 5 очков |  |  |  |  |  |
| **2."Сложи слово"**Победа - 5 очковУчастие - 3 очкаЕсли слово сложено неверно: за каждую букву **"+1" очко в копилку соперника** |  |  |  |  |  |  |  |
| **3."Шайбу, шайбу!"**Победа - 10 очковУчастие - 5 очковСбитая кегля "-1" очко |  |  |  |  |  |
|  |  |  |
| **4."Лыжные гонки**.Победа - 5 очковУчастие - 3 очков |  |  |
| **5"Лопни шарик"**Победа - 5 очковУчастие - 3 очка |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |
| **6."Покажи свое умение"**Папы: подымают гирю (за 30 сек)Мамы : крутят обруч ( кто дольше)Дети : выполняют прыжки через скакалку ( за 30 сек)Победа - 3 очка (в каждом виде отдельно)Участие - 2 очка (в каждом виде отдельно) |  |  |
| **7.«Бег пингвинов»:**Победа - 5 очковУчастие - 3 очка |  |  |  |  |  |
| ***8***. **«Переправа по кочкам»:**Победа - 5 очковУчастие - 3 очка |  |  |  |  |  |  |
| 9.  **«Баба-Яга»:**Победа - 5 очковУчастие - 3 очка |  |  |  |  |  |  |
| **ИТОГ**: |  |  |  |