Муниципальное бюджетное образовательное

учреждение дополнительного образования детей

Центр развития детей и юношества «Досуг»

Автозаводского района

Методическая разработка

спортивного праздника:

Веселые старты

«Мама, папа и я»

Автор:

Костюкова Татьяна Михайловна

I категория

педагог-организатор

спорткомплекса «Восток»

Нижний Новгород

2015 год

Содержание:

Введение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3

Актуальность работы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3

Цели и задачи \_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_4

Сценарий проведения праздника \_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_5

Заключение\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_10

**Введение**

Цель физкультурного образования – всестороннее развитие физических и духовных способностей человека в аспекте формирования физической культуры личности – самореализация человека в развитии своих духовных и физических способностей посредством физкультурной деятельности, освоение им других ценностей физической культуры.

Физическая культура способствует развитию интеллектуальных процессов – внимания, точности восприятия, запоминания, воспроизведения, воображения, мышления, улучшают умственную работоспособность. Здоровые, закаленные, хорошо физически развитые юноши и девушки, как правило, успешно воспринимают учебный материал, меньше устают на уроках в школе, не пропускают занятий из-за простудных заболеваний.

Систематические занятия физическими упражнениями благоприятно влияют на центральную нервную систему, которая является главным регулятором всех физических и психических процессов в нашем организме.

**Актуальность работы**

Тесное сотрудничество с родителями детей - это одна из составляющих успеха воспитательной деятельности педагога. Родители и педагоги – две мощнейшие силы в процессе становления личности ребенка, роль которых невозможно преувеличить. Систематическое привлечение родителей в жизни группы поможет сформировать их активную позицию, а не оставлять их сторонними наблюдателями и критиками. Творческих характер участия родителей в совместной с детьми и педагогом деятельности приводят к тому, что обе стороны (педагог и родители) становятся заинтересованы в улучшении ребенка и раскрытии.

**Цели и задачи**

Цель: пропаганда здорового образа жизни среди детей и подростков

Задачи:

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Совершенствование связи семьи и школы через привлечение родителей к совместным с детьми общешкольным мероприятиям.
3. Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой.
4. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

**Сценарий проведения праздника**

Инвентарь для проведения праздника:

 кегли, обручи, баскетбольные мячи, старые лыжи, воздушные шары, надувные мячи, спортивные скамейки, 3 совка, 3 набора продуктов, 3 хозяйственные сумки, барьеры, ласты, «ковры-самолёты» (обычные резиновые коврики).

Спортивный зал украшен воздушными шарами, гирляндами, плакатами.

Сценарий:

Ведущий:

Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех вас сегодня в нашем спортзале! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – « Весёлые старты»! И наш спортивный зал превращается в весёлый спортивный стадион! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

Но сегодня не совсем обычный спортивный праздник, т.к. посвящается он женскому дню 8марта! Поэтому начинаем мы его с поздравлений нашим дорогим мамам и учителям!!!

Нас оценивает компетентное жюри (представление).

Поздравление учащихся.

Теперь пришло время познакомиться с участниками праздника. В соревнованиях участвуют 3 команды по 8 человек:

1. Команда родителей,
2. Команда учителей,
3. Команда учеников (старшеклассников).

Представление команд (название, девиз, визитка).

А сейчас напутственные слова участникам соревнований. Выступление детей (стихи).

\*\*\*

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 - физкультпривет!

\*\*\*

Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт-помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт-игра!

Физкульт-Ура!

\*\*\*

В мире нет рецепта лучше,

Будь со спортом неразлучен,

Проживёшь 100лет-

Вот и весь секрет!

\*\*\*

Мы праздник мира, дружбы открываем.

Спортивный праздник закипит сейчас!

Мы спортом дух и тело развиваем,

Он наполнит силой каждого из Вас!

Итак, с командами познакомились, жюри выбрали, напутственные слова услышали – пора начинать соревнования!

1 эстафета. «Разминка»

Добежать до противоположной стороны зала, оббегая стойку, пролезть в обруч и бегом вернуться назад.

2 эстафета. «Перекати поле»

Бежать спиной вперёд и с помощью обруча катить мяч до стойки и обратно.

3 эстафета. Восьмёрка»

Два обруча связаны между собой в виде 8. 4 участника бегут внутри обручей (по 2 в каждом) до стойки и обратно. У линии старта добавляется по 1 человеку в каждый обруч, упражнение повторяется (в обруче 3 человека), затем добавляется ещё по1 человеку и упражнение снова повторяется ( в обруче 4 человека).

4 эстафета. «Биатлон»

С лыжей на одной ноге добежать до стойки, «выстрелить» приготовленным «оружием» т.е. маленьким теннисным мячом в воздушный шар и вернуться обратно.

5 эстафета. Дружба»

Удерживая лбами большой надувной мяч и взявшись за руки, 2 участника команды бегут до стойки  и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре игроков.

6 эстафета. «Посиделки»

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 своём первоначальном месте.

7 эстафета. «Сбор мусора»

По залу разбросаны воздушные шарики. Не трогая шары руками, с помощью совка подцепить 1шар , отнести его в корзину и вернутся обратно.

8 эстафета. «За продуктами»

На противоположной стороне зала на стуле лежат продукты (чай, соль, макароны, семечки, лимон, лавровый лист, суп «Ролтон», шпроты). Взяв хозяйственную сумку, участник отправляется «за продуктами». Перепрыгнув через 2 барьера, добежав до стула, кладёт в сумку 1 продукт, возвращаясь обратно, бегом передаёт сумку следующему участнику. Перенести нужно все продукты по очереди.

9  эстафета. «На ковре-самолёте»

Участникам предоставляется возможность побывать в роли Царевны-лягушки и покататься на «ковре-самолёте». В ластах добежать до стойки, снять ласты, сесть на «ковёр-самолёт», взяться за него руками, и отталкиваясь ногами, добраться до конца зала и обратно на пути взяв в руки «ковёр» и ласты бежать на финиш.

10 эстафета. «Праздничная»

Добежать до стойки, взять лист с буквой и вернутся назад на финиш, передав эстафету. Эстафета считается законченной, когда команда выстроится на линии старта, держа перед собой правильно составленное слово.

Р.S используемые слова:/ Сила, Мужество, Храбрость! К 23 февраля.

Р.S используемые слова:/Счастье, Красота, Веселье! К 8 марта.

В этот предпраздничный день желаем всем присутствующим женщинам и девочкам: СЧАСТЬЯ, КРАСОТЫ И ВЕСЕЛЬЯ.

В этот предпраздничный день желаем всем присутствующим мужчинам и мальчикам: СИЛЫ, МУЖЕСТВА, ХРАБРОСТИ!

Пока наше жюри подводит  итоги соревнований,  мы с ВАМИ (послушаем поздравление детей (стихи, песни поют).

Подведение итогов. Награждение команд.

Команды награждаются шоколадными медалями за 1, 2, 3 место и сладкими призами, дипломами и ценными подарками.

Ведущий: Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное - получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Ещё раз поздравляем всех с праздником! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!

**Заключение:**

Вся спортивно-оздоровительная работа направлена на формирование привычек здорового образа жизни и выработку у обучающихся правильных двигательных действий, координации, взаимодействию. Она способствует популяризации массового спорта. Укреплению здоровья, развитию физических качеств  у подрастающего поколения, содействует гармоническому физическому развитию учащихся. Осуществляется развитие двигательных способностей: скоростных, скоростно-силовых, координационных, скоростной и общей выносливости, где закладывается и развивается познавательная самостоятельность и физическая выносливость и активность подрастающего поколения.