***Спортивное мероприятие для 5-х классов.***

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

учитель физкультуры: Доронин Д. В.

2015 г.

**Спортивный праздник "Папа, мама, я - спортивная семья"**

**Форма проведения:** соревнование

**Цели и задачи:**

1. Развивать у детей интерес к физической культуре, понимание значения спорта в жизни человека.

2. Воспитывать у родителей и детей интерес к совместному проведению досуга.

3. Показать родителям уровень физической подготовки их детей.

Место проведения праздника - спортивный зал школы.

**Оборудование:** мячи, обручи, скакалки, кегли, эстафетные палочки, гимнастические маты.

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

**Определение победителя соревнований**

Победители определяются по наибольшему количеству набранных баллов на этапах и конкурсах, т. е. если 4 команды то максимальное количество баллов за 1 место – 4, 2 место -3, 3 место-2, 4 место -1. И лучшие результаты в конкурсах по наибольшему количеству баллов.

**Награждение:**

1. Победитель награждается почетной грамотой.

2. Семьи можно наградить по номинациям:

"Самая сплоченная семья"

"Самая волевая семья"

"Самая быстрая, ловкая, умелая"

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

**Ход праздника:**

**Ведущий.** Добрый день, дорогие гости! Мы рады, что, отложив все дела, вы пришли поучаствовать в нашем спортивном празднике « Папа, мама, я - спортивная семья».

Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать дружные спортивные семьи. Давайте поприветствуем наши команды:

Семья...

**Ведущий.** Родители такой народ,

На занятость спешат сослаться!

Всем надо спортом заниматься!

И вот, чтоб ставить всем рекорды

И о больницах забывать,

Над взрослыми в вопросах спорта

Решили дети шефство взять!

**Ведущий.** Судить состязания будут самые достойные, справедливые и умелые - это наше жюри.

Слово предоставляется председателю жюри.

(Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой - вдвойне. Ведь каждая минута занятий продлевает жизнь человека на один час, а веселым на два. Не верите? Проверьте сами! Итак, в добрый путь!)

**Конкурс первый: "Приветствие"**

**Ведущий.** Прошу уважаемое жюри оценить домашнее задание.

(Команды должны придумать себе название и девиз.)

**Ведущий.**

Начинаем эстафеты.

Ловкость, быстрота нужна вам в этом.

Меткое попадание, прыжки и бег…

От зрителей – аплодисменты и дружный смех.

**Конкурс второй: "Эстафета для команд"**

Папа, зажав между коленями мяч, прыжками перемещается до лежащего обруча, кладёт в него мяч, берёт скакалку, прыгая через неё, возвращается к команде и передаёт скакалку маме. Мама, прыгая через скакалку, бежит к обручу кладёт в него скакалку, берёт мяч, зажимает между коленями и возвращается к финишу прыжками. Эстафета длится, пока все члены команды не пробегут. Побеждает команда, прибежавшая первой.

**Конкурс третий: "Гонка в обручах"**

Папа в обруче оббегает кеглю, берет маму - вместе оббегают, берут ребенка – возвращаются на место.

**Конкурс четвертый: "Гонка мячей"**

**Ведущий.** Вот тяжёлые мячи,

Сразу видно – силачи.

Будем руки развивать,

Мяч друг другу отдавать.

Команда становится в одну шеренгу. Папам выдаются в руки мячи. По сигналу мяч передаётся обеими руками над головой игроков. Когда мяч приходит к последнему участнику, тот быстро берёт мяч обегает всю команду и становится перед первым игроком, передача мяча продолжается, пока первый участник не встанет на своё место.

**Конкурс пятый "Мозговой штурм"**

Дается слово "физкультура". Вам надо составить из него как можно больше слов, каждая буква используется один раз. Победителем будет команда, назвавшая последнее слово. Время на раздумье 2 минуты.

**Ведущий**. Сейчас дадим командам отдохнуть и послушаем стихи.

1. Для чего нужна зарядка?

Это вовсе не загадка -

Чтобы силу развивать

И весь день не уставать!

2. Если кто - то от зарядки

Убегает без оглядки

Он не станет нипочем

Настоящим силачом.

3. Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом крепко дружим

Спорт - здоровье, спорт- игра

Любим спорт! Физкульт- Ура!

**Конкурс шестой: "Бег с эстафетной палочкой"**

по свистку первым стартует ребенок, бег по прямой оббегает стойку, добегает до финиша передает палочку маме; мама передает ее после бега папе. Побеждает команда прибежавшая первой.

**Конкурс седьмой: "Комбинированная эстафета"**

Нужно перекатиться по мату, пролезть в обруч, попрыгать 5 раз через скакалку и передать эстафету другому.

И вот подводим мы итоги,

Какие не были б они,

Пускай спортивные дороги

Здоровьем полнят ваши дни.

Сегодня проигравших нет,

Есть просто лучшие из лучших.

Пусть в каждом сердце дружбы свет,

Зажжет поступков добрых лучик.

**Для подведения итогов слово предоставляется жюри.**

Пусть вам семейные старты запомнятся

Пусть все невзгоды пройдут стороной,

Пусть все желания ваши исполнятся

А физкультура станет родной.

Пусть все это только игра,

Но ею сказать мы хотели:

Великое чудо - семья!

Храните ее, берегите ее!

Нет в жизни важнее цели!