Спортивные соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья»

|  |
| --- |
| **Цели:** Пропаганда здорового образа жизни. Совершенствование связи семьи и школы через привлечение родителей к совместным с детьми общешкольным мероприятиям. Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления. **Оборудование:** СтойкиСтойки для прыжков в высоту, веревка, одежда, прищепки. 4 мешка4 баскетбольных мяча4 обруча4 скакалки4 коврика4 рюкзака со школьными вещами4 фитбольных мяча4 комплекта бадминтонаВоздушные шары4 корзины Мячи для метанияЛенточки 12 штук**Ведущий:** - Здравствуйте, уважаемые гости! Мы рады видеть вас всех в этом спортивном зале на спортивных соревнованиях «Папа, мама, я – спортивная семья».Здравствуйте! Здравствуйте! Здравствуйте!Сегодня здесь, в спортивном залеМы спорт, уменье совместим.Мы этот славный праздник с ВамиПрекрасным играм посвятим.- Сегодня у нас первая командная семейная встреча, и это здорово, что у нас есть стремление подружиться друг с другом. Приятно видеть людей с доброй, приветливой улыбкой и счастливым взглядом. А если это семья – это приятно вдвойне. А теперь пришла пора познакомиться. Встречаем участников соревнований. Мы с удовольствием познакомим вас с командами.**Под звуки фанфар выходят команды.**- Встречаем команды:»класса, Семья ….. Семья…… - Встречаем команды: класса. Семья ….. Семья…… **Ребенок 1**Мы видим здесь приветливые лица.Спортивный дух мы чувствуем вокруг.У каждого здесь сердце олимпийца.Здесь каждый спорту и искусству друг.**Ребенок 2**Тот победит в соревнованьеКто меток, ловок и силен.Покажет все свое уменьеКто духом, телом закален.- Сегодня на ваших глазах разыгрываются соревнования самых смелых и решительных, самых находчивых и веселых. - Но неважно, кто станет победителем в нашем, скорее шуточном состязании, а победитель обязательно будет, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.- Позвольте открыть наш чемпионат по семейному многоборью "Папа, мама, я – спортивная семья!" И представить участников наших соревнований.**Ребенок 1**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**).**Ребенок 2**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).**Ребенок 1**- И, наконец, дети! (**дети делают шаг вперед**) Это они еще с пеленок долгие годы объединяли своих родителей в дружную команду, ставя перед собой все новые задачи: тяжело в учении, легко в бою.Посмотрите - ка, у нас Здесь собрался целый класс, Вместе с нами папы, мамы. Папы бросили диваны, Мамы бросили кастрюли И костюмы натянули. - А раз у нас соревнования, значит должно быть и жюри, строгое и справедливое.Учитель физкультуры ...  Социальный педагог ... **Ведущий.** Мы думаем, что наши участники готовы принять участие в соревновании. Давайте еще раз поприветствуем наши команды. Начинаем конкурсы. - А теперь команды представят свое название и девиз.**Ведущий:** В спорте существуют свои законы и на олимпийских играх спортсмены произносят клятвы и наши спортсмены должны поклясться выполнять их. **Клятва.**Не жалеть ни рук, ни ног, растрясти чуть-чуть жирок, Чтоб быстрее черепахи бегать ты сегодня смог. Клянёмся!Честь команды защищать и доверие оправдать.Ну, а если проиграем, всё равно не унывать. Клянёмся!Маме с папой помогать – где держать, а где толкать, И соперникам подножку ни за что не подставлять. Клянёмся!А болельщикам – сидеть и прилежно так болеть:Топать, хлопать и свистеть, но не здорово шуметь. Клянёмся!**Разминка**Если ноет ваша спинкаВыходите на разминку.Три, четыре, пять и шесть.Вот теперь ни встать, ни сесть. Разминка очень важна для спортсменов, так как можно увидеть и сильные и слабые стороны противника.  Все дети и члены команды повторяют движения разминки- Теперь дадим возможность нашим командам подготовиться к состязаниям, а вашему вниманию представляем музыкальный номер.                                                **Спортивная часть праздника**Появляется Баба-Яга.**Баба-Яга** . Ух, всё-таки успела к вам на праздник. А я тоже неплохая спортсменка. Смотрите, как я ловко летаю на метле. Не побоитесь со мной соревноваться?**Дети**. Нет!**Баба-Яга**Есть у меня друг закадычныйИ ладим мы с ним отлично,Умный больно все говорят,Имеет три головы подрядУзнали? ( Змей Горыныч)**1 конкурс "Бег с ребёнком на руках”** **Ведущий:** Родители скрещивают руки, сажают ребёнка на руки, у ребёнка в руках мяч. Они бегут до фишки и забрасываю мяч в обруч с расстояния 1м.. Возвращаются обратно.**Баба Яга.** И после первого испытания Внимательно слушайте второе задания .**2 конкурс « Развесь белье»** **Ведущий:** Родители и дети поочередно добегают до корзины, берут по одной вещи и развешивают с помощью прищепок. Возвращаются обратно и передают эстафету.**Баба Яга** Когда идёшь на штурм ты эстафеты,Победа нам не очень-то видна.Но всё равно дойдёте до победы,Ни пуха вам, ребята, ни пера!**3 конкурс «Оленьи упряжки»****Ведущий: Папа и мама транспортируют ребенка на мешках.****Баба Яга** **4** вид - в кольцо послатьВам надо баскетбольный мяч.Лишь точность рук и меткость глазПозволит Вам попасть не раз.**4 конкурс «Баскетбол»** **Ведущий:** Вся команда по очереди выполняет ведение баскетбольного мяча с обводкой стоек.**5 конкурс «Угадай»****Баба Яга** Ой как славно порезвилисьИ немного потрудилисьА теперь мои ребяткиОтгадайте -ка загадки!1. Просыпаюсь утром рано Вместе с солнышком румяным, Заправляю сам кроватку, Быстро делаю .... (зарядку).2. Не обижен, а надут. Его по полю ведут, А ударят — нипочем Не угнаться за . . . . (мячом).3. На ледяной площадке крик, К воротам рвется ученик . Кричат все: «Шайба! Клюшка! Бей!» Веселая игра .... (хоккей).4. Два березовых коня По снегу несут меня. Кони эти рыжи И зовут их .... (лыжи).5. Кто на льду меня догонит? Мы бежим вперегонки. А несут меня не кони, А блестящие ... (коньки).6. Взял дубовых два бруска, два железных полозка. На бруски набил я планки Дайте снег. Готовы ... (санки).7. Ясным утром вдоль дороги На траве блестит роса. По дороге едут ноги И бегут два колеса. У загадки есть ответ. Это мой ... (велосипед).Это редкий **спорта** вид,Он не каждому открыт.Люди с компасом бегут,К цели их пути ведут. (Спортивное ориентирование.) Эти сильные ребятаЗа **мячом** гоняются,Только **мяч** у них как дыня.Как **спорт** называется? (Регби.)Нужно очень быстро плавать,За **мячом** всегда следитьИ, перехватив, в воротаОбязательно забить. (Водное поло.)Два **спортсмена** на ковреСилой похваляются:На лопатки уложитьСоперника стараются. (Вольная борьба.)Как на нашем стадионеСобирались чемпионы,Взяли палку, побежалиИ другому передали. (Эстафета.)Две команды на травеЗа **мячом** гоняются.Если правила не чтут,Пенальти назначается. (Футбол.)Две команды на площадкеЗа победу бьются.Мяч над сеткою летает,Зрители волнуются. (Волейбол.)Жокей на лошади сидит,На препятствие глядит.Лошадь не боится,С препятствием сразится. (Конный **спорт**.)Они бегут на лыжах к цели.А цель, конечно, далеко.И нужно поразить мишени,Где промахнуться так легко. (Биатлон.)На площадке игрокиРостом очень велики.Издалека **мячи** бросаютИ в корзину попадают. (Баскетбол.)Этот **спорт** — четыре буквы,Он для крепких, а не хрупких.Хук, уход, нокдаун, брек.Сильных, ловких ждет успех! (Бокс.)**Баба Яга** Ну-ка папы, выходите!Свою силу покажите!Будем мы за вас болетьГромко хлопать и свистеть.**5 конкурс «Силовое многоборье». Конкурс для пап.** **Ведущий:** Папы выполняют приседание, отжимание за 1 минуту **Ведущий** Попрошу я, Вас на стартНа прочность силы испытать.**Баба Яга** А теперь внимание!Новое соревнование.Испытание для мам –Наших распрекрасных дам.Крутятся по дому наши мамы целый день.И крутиться им, поверьте, так – не лень.Обруч – это колесо, мама – белка. Вот и всё!**6 конкурс. «Белка в колесе». Конкурс для мам.****Ведущий:** Мамы крутят обруч и прыгают на скакалке за 1 минуту. **Баба Яга** **А теперь пора ребят** **свои силы показать****7 конкурс. «Силачи». Конкурс для детей.****Ведущий: Дети выполняют пресс за 30 секунд.****Баба Яга** Что-то старая я сталаОтдохнуть немного надоЯ немного полежуИ опять играть начну.  **Ведущий.** Ну а мы продолжим наши соревнования. И следующий конкурс: **8 конкурс.** «**Кто быстрее соберёт ребенка в школу»** **Ведущий.** На противоположной стороне от команд стоит стул с одеждой и различными предметами. Первым бежит ребёнок, кладет в рюкзак необходимые для школы вещи (1 шт.), затем бежит папа, а затем мама. **Ведущий.**Ну а следующая играТребует от игрокаЛовкости, умения,Большого вдохновения!**9 конкурс «Эстафета с фитболами»** **Ведущий: По сигналу выполняют прыжки на фитболах, передавая эстафету друг другу.** **10 конкурс. «Веселые друзья»****Ведущий. На мамах штаны, по сигналу сначала дети, потом мамы, с помощью ракеток донося шарики до мам, и кладут шары в штаны, чья команда наберет больше шаров.****Ведущий.**Стремление к победе И веселый смех Помогут вам И гарантируют успех.**11 конкурс. «Бег сороконожки».****Ведущий.** Команды строятся:  папа, мама, ребенок.  Папа  левую руку просунет между своих ног, возьмет за одну руку  маму, а мама другую руку просовывает между своих ног, берет за руку ребенка. По сигналу начинают движение, оббегают вокруг стойки и возвращаются. Побеждает та команда, которая, первой, приходит к финишу, не расцепившись. **Ведущий.**Вот тяжёлые мячи,Сразу видно: силачи.Будем руки развивать,Мячом в корзину попадать.**12 конкурс. «Зоркий глаз**»**Ведущий. Вся команда по очереди забрасывает мячи в корзину.****13** **конкурс. «Косичка»****Ведущий. Вся команда заплетает косичку****Ведущий.**Последний вид соревнований,Мы завершили и сейчасИтог всех наших состязаний,Пусть судьи доведут до нас.И вот подводим мы итогиКакие не были б они,Пускай спортивные дорогиЗдоровьем полнят ваши дни.**Жюри зачитывают итоги****Ведущий.**Вот настал момент прощанья Будет краткой моя речь. Говорю я: «До свиданья! До счастливых новых встреч!» Наш парад, друзья, окончен, Впереди работа ждет. Пусть с детьми союз наш прочен Будет весь учебный год. **Ведущий.** И конечно, дорогие родители, мы будем надеяться, что может, быть может, через несколько лет ваши дети будут участниками Олимпиады. И тогда мы обязательно победим!  |