Спортивное мероприятие «Папа, мама и я — спортивная семья»

**Цель:**

- пропаганда здорового образа жизни

- усиление связи семьи со школой

- укрепление взаимоотношений ребенка с родителями, со школой

- выявление дружного и сплоченного коллектива.

**Место и время проведения**

Соревнования проводятся \_12 сентября\_\_ 20\_13\_ года в спортивном зале МОУ Старомайнская СОШ №\_2\_\_

Начало соревнований в \_10:00\_\_

**Руководство**

Общее руководство организации и проведения соревнования осуществляет преподаватель физической культуры \_Мартыненко Андрей Николаевич\_\_

**Участники соревнований**

К участию в соревнованиях допускается семья в полном составе (папа, мама, ребенок)

Все участники должны, относится к основной медицинской группе. Участники должны быть: в спортивной форме и обуви. У каждой команды: название, девиз.

**Программа соревнований**

1 этап: «Бег с эстафетной палочкой»

2 этап: «Переправа в обруче»

3 этап: «Большой мяч»

4 этап: «Через кочки и пенечки»

5 этап: «Завяжи бант»

Конкурс капитанов «Надуй шарик»

6 этап: «Комбинированная эстафета»

**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. Штрафные баллы на этапах составляют – 0, 1

**Награждение**

Команды награждаются грамотами.

**Сценарий проведения мероприятия**

По звуки музыки участники соревнований в сопровождении помощников входят в спортивный зал, выстраиваются в одну линию перед жюри.

Добрый день, дорогие наши гости, участники соревнований, учителя и учащиеся нашей школы! Мы рады приветствовать вас в этом зале. Сегодня у нас праздник, праздник подлинных любителей физической культуры, ценителей красоты и здоровья. Сегодня спортивный праздник для всей семьи, для семейных команд.

Ведущий представляет участников; в свою очередь команды представляют: название команды, девиз. Знакомит с составом жюри, учителем физкультуры, помощниками гл. судьи- учителя физкультуры; с программой соревнований и оцениванием этапов. За каждой командой по одному сопровождающему- помощнику. *Музыка сопровождает каждый этап соревнований и в перерыве (тематика музыки ориентирована на задание по этапам и паузу)*

**Учитель физкультуры:** Команды равняйсь, смирно! Равнение на середину.

Шагает строевым шагом к председателю жюри

**Учитель физкультуры:** Докладываю председателю жюри. Команды построены и началу соревнований готовы.

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

**Ведущий:** В спорте нет путей коротких,

И удач случайных нет,

Познаем на играх

Все мы формулы побед.

Это стойкость и отвага,

Сила рук и зоркость глаза,

Это честь родной семьи,

Окрыляющая нас.

**Учитель:**участники на старт- шагом марш!

Начинается первый этап соревнований. Помощники показывают задание на этапе.

Затем стартуют участники, по сигналу (свисток). И так каждый этап предварительно показывают помощники.

**По этапам**

**1 этап**«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.

Штрафы: если палочку уронили; неправильно передали и приняли (ПРАВИЛЬНО при ВСТРЕЧНОЙ ЭСТАФЕТЕ передающий держит палочку в правой руке и передает в правую, слегка сместившись в беге влево не мешая следующему бегуну) ; а так же не оббежали стойку.

**2 этап**«Переправа в обруче»: напротив каждой команды лежит один обруч №1, а другой обруч №2 в руках у любого из команды; по свистку вся семья перебирается в обруч№1 на полу и уложит обруч №2 впереди обруча №1 на пол. Затем вся семья перебирается из обруча№1 в обруч№2, а обруч№1 уложит впереди обруча№2. И так вся семья, находясь внутри обруча, переправляется на другую сторону спортзала, затем оставляют обручи возле стойки и они бегут все к финишу.

Штрафы: вышли из обруча (коснулись пола ногами или одной ногой за обручем, не обошли стойку.

**3 этап:** «Большой мяч». У каждой команды большие резиновые, надувные мячи. Папы на старте в упоре лежа, мячи у мамы и ребенка. По свистку мама уложит мяч перед папой, а папа проходит в упоре сверху по мячу, ребенок тут же уложит мяч перед папой и папа должен все время перемещаться вперед сверху мячей в упоре лежа. Мяч под ногами все время передается вперед, чтоб папа перемещался по мячу, так они двигаются до стойки, затем оставляют мячи и бегут все вместе обратно.

Штрафы: папа перемещается не по мячу, не оббежали стойку.

**4 этап:**«Через кочки и пенечки» Напротив каждой команды лежат обручи: 1 ряд обручей положен друг за другом, 2 в два ряда, между 1рядом и 2 рядом обручей небольшое расстояние (2 м) По свистку первый бежит, наступает в беге на каждый обруч подряд лежащий – 1 ряд, одной ногой, затем во 2 ряд наступая правой ногой в правый обруч, а левой в левой обруч; оббегает стойку и бег по прямой, передает эстафету рукой (как при встречной эстафете с палкой) .

Штрафы: наступили на обруч, сместили обруч с места (свой или чужой) ; не передали эстафету.

**5 этап:** «Завяжи бант»: у каждого в команде в руках бант, по свистку первый бежит по прямой до волейбольной сетки и завязывает бант; обратно бегом передает эстафету рукой. И так каждый участник.

Штрафы: бант не завязан; не передали эстафету

КОНКУРС капитанов «Надуй шарик»: у каждого ребенка надувной сдутый шарик. По свистку на время дети должны надуть шарик, время на выполнение 2 минуты, держать так чтоб он не сдулся и поднять его вверх, если он посчитал что справился с заданием. Определяется, кто первым закончил, и кто надул хорошо шарик. В случае, когда лопнул шарик, у всех будет запасной шар.

Примечание: если не смог надуть, но боролся до конца дается 0.5 баллов. Размер шара заранее показан помощниками

**6 этап** «Комбинированная эстафета»: Оббежать кегли зигзагом, пролезть в обруч – лежащий на полу, попасть из положения лежа в кегли напротив, оббежать стойку и передать эстафету рукой.

Штрафы: задел кегли при беге зигзагом, бросил обруч, а не положил на место; не оббежал стойку.

Ведущий: самые справедливые и честные судьи подвели итог соревнований. Слово жюри.

Награждение участников и объявление победителя.

Ведущий: Желаем вам, чтобы физическая культура стала вашим неизменным спутником жизни, чтобы физические упражнения стали естественной потребностью в вашей жизни

и чтобы вы, уважаемые родители, стали нашими союзниками в формировании у ребенка интереса и любви к культуре физической, к занятиям физическими упражнениями. До новых встреч!