МБОУ «Приморская СОШ»

Архангельская область

Приморский район

д. Рикасиха

Спортивный праздник «Мама, папа, я - спортивная семья».

Тема: « Навстречу Олимпиаде».

Выполнила: Тупицына О.Н.

учитель физической культуры

2013 год

Спортивный праздник «Мама, папа, я - спортивная семья».

Тема: « Навстречу Олимпиаде».

**Цель:** Через внеклассную работу способствовать общему укреплению здоровья детей, сближению детей и родителей через совместные мероприятия.

**Задачи:**

1. Развивать физические качества: ловкость, гибкость, выносливость, быстроту, силу.
2. Знакомить детей и родителей с олимпийскими зимними видами спорта.
3. Пропаганда здорового образа жизни.
4. Активно вовлекать родителей в совместную детско-взрослую деятельность.

Место проведения - спортивный зал.

При проведении конкурсов можно использовать видеоматериалы для представления зимних [олимпийских видов спорта](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D1%8B_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B0).

**Ход праздника**

(Звучит музыка, в центр спортивного зала выходят ведущие)

**1Вед**. Добрый день, уважаемые гости и болельщики!

**2Вед.** Мы рады приветствовать вас на нашем празднике «Мама, папа, я - спортивная семья».

**1Вед.** Сегодняшнюю игру мы посвятили зимней олимпиаде, которая пройдет в Сочи в 2014 году и назвали ее «Навстречу Олимпиаде».

**2Вед.** «А кто знает, где родились Олимпийские игры?»  
**Дети**: «В Греции».  
1**Вед**.: «Правильно! В древней Греции, в Олимпии. Греки верили во многих богов, но богом богов был у них Зевс. Именно ему посвящали Олимпийские игры древние греки».

**2Вед.** А какие Олимпийские виды спорта вы знаете?

Дети: ……

**1Вед.** Молодцы! Ведь Олимпийские виды спорта делятся на зимние и летние.

Сегодня мы вспомним более подробно зимние Олимпийские виды спорта. Все эстафеты будут связаны с ними.

**2Вед.** А сейчас мы рады приветствовать дружные спортивные семьи встречайте: (ведущий представляет команды фамилию семьи и имя капитана – ребенка).

(Под торжественную музыку входят команды-участники и строятся на парад. Каждая команда имеет в своей форме эмблему и отличительный элемент. В руках капитанов табличка с названием команды. Число участников в команде 4 человека: мама, папа, ребенок 7-10 лет и друг такого же возраста).

**1Вед.** Слово для открытия праздника предоставляется директору школы…(Выступление директора, поздравление с праздником.)

**2Вед.** Передначалом игры мы предлагаем произнести слова клятвы, которую спортсмены произносят перед соревнованиями:

-быть верными правилам российского спорта,

-уважать своих соперников и вести честную спортивную борьбу,

-выполнять законы добра, взаимовыручки, дружбы и милосердия. Клянемся!

**1Вед**. Результаты конкурсов будет оценивать жюри (представление членов жюри).

**2Вед.** Мы начинаем нашу игру!

И первый конкурс, который предстоит пройти нашим командам- «Сноуборд».

**1Вед**. Сноуборд - олимпийский вид спорта, заключающийся в спуске с заснеженных [склонов](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BA%D0%BB%D0%BE%D0%BD) и гор на специальном снаряде- [сноуборде](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BD%D0%BE%D1%83%D0%B1%D0%BE%D1%80%D0%B4_(%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%B8%D0%BD%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D1%80%D1%8C)). Изначально зимний вид спорта, хотя отдельные экстремалы освоили его даже [летом](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B5%D1%82%D0%BE), катаясь на сноуборде на песчаных склонах (сэндбординг).

**2Вед**. В 1998 году на зимней Олимпиаде в [Нагано](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D0%BE) сноубординг был впервые включён в [олимпийскую программу](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D1%8B_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B0).

**1Вед.** Для проведения конкурса мы используем скейтборд.

«Сноуборд»

Участник ложится на скейтборд, толкаясь руками, доезжает до конуса, огибает его и возвращается в команду, передает эстафету следующему участнику.

(Оценивание конкурса может быть с использованием секундомера.)

**2Вед**. Лыжные гонки - гонки на [лыжах](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%8B%D0%B6%D0%B8) на определённую дистанцию по специально подготовленной трассе среди лиц определённой категории (возрастной, половой и т. д.). Олимпийский вид спорта с 1924 года.

Впервые состязания в лыжном беге на скорость состоялись в [Норвегии](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%BE%D1%80%D0%B2%D0%B5%D0%B3%D0%B8%D1%8F) в [1767 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1767_%D0%B3%D0%BE%D0%B4).

2 конкурс

«Лыжные гонки»

Участник надевает лыжи, добегает до конуса, огибает его и возвращается в команду, передает эстафету следующему участнику.

**1Вед.** Еще один вид спорта - Биатлон - зимний олимпийский вид спорта, сочетающий лыжную гонку со стрельбой из винтовки.

**2Вед.** В нашем биатлоне мы используем лыжи, а вместо винтовки - дротики.

3 конкурс

«Биатлон»

Участник надевает лыжи, добегает до «рубежа», (на «рубеже» находятся дротики, которыми нужно попасть в воздушный шарик), выполняет метание дротика в цель (воздушный шар) огибает конус и возвращается в команду, передает эстафету следующему участнику. Промах наказывается 3 приседаниями на «огневом рубеже».

**1 Вед**. Отличные биатлонисты!

**2Вед**. Друзья, о каком виде спорта идет речь: две команды стараются поразить твёрдым, круглым [мячом](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D1%8F%D1%87) или [шайбой](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B0%D0%B9%D0%B1%D0%B0_(%D1%85%D0%BE%D0%BA%D0%BA%D0%B5%D0%B9_%D1%81_%D1%88%D0%B0%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%B9)) цель - ворота противника, используя [клюшки](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BB%D1%8E%D1%88%D0%BA%D0%B0). В каждой команде есть один вратарь, который защищает ворота своей команды.

**1 Вед.** Правильно, хоккей.

**Вед.** В нашей эстафете право для броска будет у каждого игрока команды.

Итак,4 конкурс

«Хоккей»

Участник ведет мяч вокруг стоек хоккейной клюшкой, дойдя до линии броска, выполняет бросок в «ворота» (Коробка 50X70 см напротив каждой команды) возвращается в команду, передает эстафету следующему участнику.

(Учитывается быстрота выполнения и точность броска.)

**1Вед**. А знаете ли вы, что…

Истоки фигурного катания лежат в далеком прошлом, и уходят корнями в [бронзовый век](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D1%80%D0%BE%D0%BD%D0%B7%D0%BE%D0%B2%D1%8B%D0%B9_%D0%B2%D0%B5%D0%BA) (конец 4-го — начало 1-го тысячелетия до н. э.), об этом свидетельствуют находки археологов — костяные коньки, выполненные из фаланг конечностей крупных животных. Подобные находки встречаются во многих странах [Европы](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%95%D0%B2%D1%80%D0%BE%D0%BF%D0%B0), а самые древние «[коньки](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%B3%D1%83%D1%80%D0%BD%D1%8B%D0%B5_%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%8C%D0%BA%D0%B8)» были обнаружены на берегу Южного Буга недалеко от [Одессы](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B4%D0%B5%D1%81%D1%81%D0%B0).

Однако рождение фигурного катания, как вида спорта, связывают с моментом, когда коньки начали изготавливать из [железа](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%96%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B7%D0%BE), а не из [кости](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C). По данным исследований впервые это произошло в [Голландии](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%BE%D0%BB%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D0%B4%D0%B8%D1%8F), в [XII](http://ru.wikipedia.org/wiki/XII)—[XIV веке](http://ru.wikipedia.org/wiki/XIV_%D0%B2%D0%B5%D0%BA). Первоначально фигурное катание представляло собой состязание по мастерству вычерчивать на льду разнообразные фигуры, сохраняя при этом красивую позу.

**2Вед**. Мы тоже решили провести эстафету «[Фигурное катание](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%B3%D1%83%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BD%D0%B0_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85)», но вместо коньков мы будем использовать роликовые коньки.

5 конкурс.

«[Фигурное катание](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D0%B8%D0%B3%D1%83%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%BA%D0%B0%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5_%D0%BD%D0%B0_%D0%9E%D0%BB%D0%B8%D0%BC%D0%BF%D0%B8%D0%B9%D1%81%D0%BA%D0%B8%D1%85_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%85)»

Участники на роликах, взявшись за руки, преодолевают дистанцию до конуса (можно использовать преграды, т.е. усложнить задание), огибают его и возвращаются в команду, передав эстафету следующей паре участников.

**1Вед.** Санный спорт впервые был включён в программу зимних Олимпийских игр в 1964 году, став своеобразной заменой исключённому [скелетону](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BA%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%BD), первые соревнования состоялись на трассе австрийского Инсбрука.

**2Вед.** Следующий конкурс «Санный спорт». Папа берет санки и перевозит всех членов своей команды на противоположную сторону, как только последний игрок перевезен, папа перевозит игроков обратно, по одному.

6 конкурс

«Санный спорт»

Для этого конкурса можно использовать «надувные санки-ватрушки». Папа должен перевезти участников своей команды на противоположную сторону, а затем обратно, (принцип «переправа»)

**1Вед**. Кёрлинг — командная [спортивная игра](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%B0) на [ледяной](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D1%91%D0%B4) площадке. Участники двух команд поочерёдно пускают по льду специальные тяжёлые гранитные снаряды («камни») в сторону размеченной на льду мишени («дома»). От каждой команды — четыре игрока.

**2Вед.** Известно, что кёрлинг возник в Шотландии в начале [XVI века](http://ru.wikipedia.org/wiki/XVI_%D0%B2%D0%B5%D0%BA). Фактическим подтверждением существования этой спортивной игры является кёрлинговый спортивный снаряд (камень), на поверхности которого выбита дата изготовления («1511 год»), найденный на дне осушенного пруда в Дамблейне. Первые же летописные упоминания о кёрлинге встречаются в средневековых монастырских книгах, датированных 1541 годом.

**1Вед**. А наш конкурс хоть и называется керлинг, играть мы будем по своим правилам и используем другой инвентарь.

Итак, 7 конкурс «керлинг».

На полу начерчены мишени, участник должен толкнуть набивной мяч так, чтобы он остановился в пределах круга, так он сможет набрать максимальное количество очков.

(Мишень имеет 4 круга, чем дальше от центра круга останавливается мяч, тем меньше очков. Каждый игрок команды имеет право на один бросок, очки складываются, в итоговую таблицу заносится общий командный балл.)

**2Вед.** Конкурс капитанов.

Напротив команды лежат 8 колец, символизирующие олимпийский флаг, белый лист. Задача капитана добежать до конуса, разложить кольца в нужном порядке на листе и вернуться в команду. (Оценивается быстрота и правильность выполнения.)

**Вед.** Вот и подошло время подвести итогинаших состязаний. Пока жюри совещается, представляем вашему вниманию танцевальный номер.

**Вед.** Слово предоставляется жюри. (Команды награждаются медалями, грамотами, ценными призами.)