

«ПАПА, МАМА, Я - СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ!»»

(СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК - 2014)

Автор:

Герасименко С. А.

Учитель физической культуры

ОГБОУКШИ «Смоленский фельдмаршала

Кутузова кадетский корпус»

ЦЕЛИ:

1. Приобщать детей и родителей к спортивным мероприятиям.
2. Пропаганда здорового образа жизни.

ЗАДАЧИ:

- развивать функциональные способности организма, умение владеть своим телом, быть ловким, гибким, смелым и выносливым;
- учить умению перевоплощаться, снимать усталость и стать увереннее в себе и своих силах;
- доставить радость;
- укреплять внутрисемейные отношения.

*УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ:

В соревнованиях принимают участие кадеты 5-х классов и их родители. Комплектование команд будет осуществляться исходя из количества заявленных семей.

Программа праздника:

Парад открытия. Представление команд - семей. Спортивные и творческие конкурсы и эстафеты. Подведение итогов. Конкурсы для болельщиков. Построение. Награждение.

* Под музыку и аплодисменты в зал входят участники праздника.

Ведущий: Добрый день, дорогие гости! Мы рады, что отложив все дела, вы пришли на наш праздник. Гость есть гость, гостю особая честь и уважение, тем более к нам пришла большая дружная семья!

Под бурные аплодисменты и тихую спортивную музыку идёт представление команд - участниц.

Девочка-ведущая:

-Папы! - (делают шаг вперёд)

- Вот они перед нами - слегка бодрые, местами подтянутые и даже в чём-то непобедимые, а в чём именно - узнаем позже (папы встают на свои места).

Мальчик-ведущий:

-Мамы! (делают шаг вперёд)

- Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки: плита, бег по магазинам, прополка, стирка, уборка. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам (делают шаг назад).

* Ведущий:

- И, наконец, дети! (дети делают шаг вперёд).

- Это они ещё с пелёнок долгие годы объединяли своих родителей в дружную команду, ставя перед собой всё 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.

Все вы знаете, как полезно заниматься физкультурой, как необходимо закаляться, делать зарядку, бывать на воздухе, но как трудно бывает иногда пересилить себя. Мы откладываем всё на «потом». А что, если попробовать заниматься вместе, всей семьёй? Может, тогда будет легче?!

Девочка-ведущая:

А на празднике, друзья,
Нам без игр никак нельзя.
Больше страсти, больше смеха,
Пусть во всю идёт потеха!

* ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ЖЮРИ:

Директор СФККК - Игорь Михайлович Гагарин

Подполковник Управления ФСКН по Смоленской области, ведущий специалист Общества «Динамо», чемпионка Мира и Европы по борьбе дзюдо и самбо - Светлана Леонидовна Марченкова

Заместитель директора по ВР - Леонид Петрович Матеушев

Руководитель физического воспитания - Сергей Геннадьевич Белоусов

Руководитель методического объединения классных руководителей - Ирина Владимировна Смирнова

1-й конкурс «Разминка». Дается словосочетание «физическая культура». Нужно составить из него как можно больше слов. Победителем будет команда назвавшая последнее слово. На раздумье дается 1 минута.

Мальчик-ведущий:

Начинаем эстафеты.

Ловкость, быстрота нужна вам в этом.

Меткое попадание, прыжки и бег...

От зрителей-аплодисменты и дружный смех.

2 -й конкурс «Эстафета для команд»

Инвентарь: 2 фишки, 2 самоката.

Участствует вся команда. На самокате доехать до фишки, обогнуть её, вернуться назад и передать самокат следующему участнику команды.

Ведущий:

Вот большущие мячи,
Сразу видно - силачи,
Будем ноги развивать,
Мяч друг другу отдавать.

3 -й конкурс «Гонка мячей»

Инвентарь: 2 больших мяча с «рожками», 2 фишки.

По сигналу первый участник команды садится верхом на мяч и прыгает на нём до фишки. Фишку оббегаем с мячом в руках. Обрато мяч катим по полу и передаём его следующему игроку.

Девочка-ведущая:

Пройти через болото может каждый!
Но как пройти, чтоб ног не замочить?
Весёлый смех, стремление к победе,
Поможет вам и гарантирует успех!

4-й конкурс «Болото»

Инвентарь: 4 обруча (по 2 обруча на команду).

Нужно пройти через «болото», до фишки и обратно, не замочив ноги. Первый игрок берёт 2 обруча. Бросает первый обруч и прыгает в него, бросает второй обруч - перепрыгивает в него, берёт первый обруч и бросает его вперёд, перепрыгивает, и т. д. Выигрывает команда, первая пришедшая к финишу.

* **Ведущий:**
Ой, как славно порезвились
И немного потрудились
А теперь мои ребятки
Отгадайте - ка, загадки!

5-й конкурс «Отгадай загадку!»

Загадывается каждой команде по очереди по 10 загадок.
Какая команда больше даст правильных ответов, та и победила.

Девочка-ведущая:

Ну-ка папы, выходите!
Свою силу покажите!
Потяните вы канат
На виду у всех ребят
Будем мы за вас болеть
Громко хлопать и свистеть.
 Попрошу я вас на старт,
На прочность испытать канат.

6-й конкурс «Перетягивание каната». Конкурс для пап. Дается 3 или 5 попыток. Кто больше раз перетянул, тот победил.



Мальчик-ведущий:

Новое соревнование

Мальчик-ведущий:

А теперь внимание!

Новое соревнование.

Испытание для мам-

Наших прекрасных дам.

Крутятся по дому наши мамы целый день.

И крутятся им, поверьте, так-не лень.

Обруч - это колесо, мама - белка. Вот и всё!

7-й конкурс «Белка в колесе». Конкурс для бабушек и мам.

Инвентарь: 10 обручей, секундомер.

Задача бабушек и мам в течение 30 секунд крутить один обруч. Кто уронил обруч раньше времени, тот выбывает из игры.

Оставшиеся далее крутят 2, 3, а может и больше обручей. Конкурс продолжается до победителя.

* **Ведущий:**

Бег бывает очень разный,
Но всегда такой прекрасный,
Быстрый, медленный и средний,
Бег с препятствием, барьерный,
И выигрывает тот,
Кто ни в чём не отстаёт!

8-й конкурс «Воздушный шар»

Инвентарь: 2 воздушных шарика, 2 ракетки.

Подталкивая воздушный шарик ракеткой, нужно добежать до фишки, обойти её и вернуться к команде, передав шарик и ракетку следующему игроку. Побеждает команда показавшая лучшее время.

Девочка-ведущая:

Доска, четыре колеса,
Защита на руках.
И неподвластный мне пока
Трамплин в высоких облаках.

Цветастых граффити стена,
В руке - потёртый «скейт»,
А в голове одна мечта -
Чтоб кто-то громко крикнул: - «Едь!»

- * **9-й конкурс «Скейтбордисты».** Инвентарь: 2 «скейта», 2 фишки. Команды делятся и строятся парами. Как команды будут образовывать пары - их право. По команде первая пара (один сидит на «скейте», другой его везёт) движутся по прямой до фишки. Там меняются местами и движутся к финишу, где передают «скейт» следующей паре. И т. д. Побеждает команда, затратившая наименьшее время на задание.

* Ведущий:

Спортивное соревнование-
Это то же рисованье.
Ведь спортсмен, он как художник,
Его мир эмоций сложен.
Спорта чудные мгновенья,
Ищут в красках воплощенье.
И друзья мои, сейчас,
Рисовать пора для Вас!

10-й конкурс «Художник»

Этот творческий конкурс оценивается отдельно. Здесь соревнование проводится - каждая семья сама за себя. Вы берёте по листку бумаги, фломастеры, карандаши... и рисуете рисунок, плакат, призыв..., на тему: «Здоровый образ жизни с обществом «ДИНАМО». Оцениваться будет не красочность, не незавершённость работы, а идея пропаганды и рекламы ЗОЖ. На этот конкурс даётся 10 минут.

Пока проходит конкурс «Художник», жюри подводит итоги, а ведущие проводят игры и эстафеты с болельщиками.

* Построение команд.

Ведущий:

Последний вид соревнований,
Мы завершили и сейчас
Итог всех наших состязаний,
Пусть судьба доведет до нас.

И вот подводим мы итоги
Какие не были б они,
Пускай спортивные дороги
Здоровьем полнят ваши дни!