

«ПАПА, МАМА, Я - СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ!» СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА

Сандова Светлана Хакимжановна,
учитель физической культуры

Цель: Пропаганда здорового образа жизни в семье.

Задачи:

- Вовлечение родителей в спортивную жизнь школьника.
- Воспитание физической культуры и нравственной сплочённости семьи.
- Развитие спортивных и двигательных навыков у детей и взрослых.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование и инвентарь: музыкальное оборудование, 4 обруча, 12 конусов, 4 теннисные ракетки, 4 теннисных шариков, 8 вёдер, 12 шайб, 4 клюшки, 20 воздушных шариков, 4 пелёнки, длинная верёвка, 6 кг. конфет, 4 повязки на ноги или верёвки, 4 баскетбольных мяча, 4 футбольных мяча, 4 волейбольных мяча, 4 фитбола, 5 дротиков, 4 тоннеля из обруча и ткани, 4 барьера, 4 куклы-пупса, 8 ковриков, 4 футболки, 12 палок, баннеры с лозунгами.

Оформление зала: баннеры на растяжке с надписью «Мама, папа, я – спортивная семья!» и с лозунгом «Привет участникам соревнований!».

Музыкальное сопровождение: за пультом управления музыкальным оборудованием сидит звукооператор.

Музыкальные треки: гимн спортсменов «Тюменский спорт», марш цирковой, трек «Спокойной ночи, малыши», музыка для выступлений артистов, весёлая зажигательная музыка для эстафет, туш для награждения.

Участники: 4 команды: семьи из 1-ых классов участвуют в количестве трех человек – папа, мама и ребенок – капитан команды.

Определение победителей: за лучшее выполнение задания или приход команды первыми в эстафете, присуждается 1 очко, за 2 место в задании – 2 очка, и т.д. Соответственно, чем меньше очков, тем выше результат. Победитель выявляется по наименьшей сумме очков.

Награждение:

1. Победители награждаются кубком, медалями, грамотой, ценным призом (мяч волейбольный и футбольный).
2. Призеры награждаются медалями, грамотой, ценным призом (мяч волейбольный и футбольный).

Ход соревнований

Звучит цирковой марш. За ведущим, в колонну по одному, совершая круг почёта по спортивному залу, идут участники соревнований.

Построение семей в одну шеренгу на линии старта.

Ведущий: «Равняйся! Смирно! Здравствуйте, участники соревнований! Вольно!»

Добрый день, дорогие друзья, подлинные любители спорта, ценители красоты и здоровья! Сегодня у нас праздник семьи. И мы рады приветствовать вас на спортивном празднике семейных команд.

Стихи читают дети начальных классов

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!

Посмотрите — как у нас
Здесь собрался целый класс!
Рядом — папы, мамы
Папы бросили диваны,
Мамы бросили кастрюли
И костюмы натянули!

Все хотят соревноваться
Пошутить и посмеяться
Силу, ловкость показать,
И сноровку доказать!

Этой встрече все мы рады,
Собрались не для награды,
Нам встречаться чаще нужно,
Чтобы все мы жили дружно!

Все бывали мы в спортзале,
на катке, в бассейн ныряли.
Вечером читаем сказки.
Мы живём в любви и ласке!

«Папа, мама, я - спортивная семья!»
Значит, дружная семья!
И здоровая семья!
Без движения - ни дня
(хором) Мама, папа, я!

Семьи занимают места на скамейках.

Выступление артистов.

Выступает танцевальная студия с танцевальной композицией.

1. Конкурс. Представление команд (название, девиз).

Ведущий: Празднику спортивному рада вся семья,
Спортивных достижений желаем вам, друзья!

Представление жюри (объявляется состав и председатель жюри)

Ведущий: Праздник сложная задача,
Пусть сопутствует удача.
Если все уже готово,
Пусть жюри замолвит слово.

Председатель жюри говорит напутствующие слова для команд.

Спортивные состязания.

Ведущий: Эстафета, эстафета!
Пронесемся, как ракета.
Есть в ней правило одно –
Один за всех и все за одного!

Во всех эстафетах участвует вся команда. Вначале бежит ребёнок, затем мама, папа завершает эстафету.

Правила выставления баллов за эстафеты и конкурсы: за лучшее выполнение задание или приход команды первыми в эстафете, присуждается 1 очко, за 2 место в задании – 2 очка, и т.д. Соответственно, чем меньше очков, тем выше результат. Победитель выявляется по наименьшей сумме очков.

Участники команды передают эстафету друг другу касанием руки.

2. Эстафета. «Ассорти» Каждый участник проходит дистанцию «змейкой» вокруг конусов (первый конус расположен в 6 м. от линии старта, второй – в 9 м., третий в 12 м.). Ребёнок катит большой фитбол, мама – катит баскетбольный мяч при помощи обруча, папа – толкает деревянную палку, которая лежит на полу, двумя другими палками. Инвентарь: 12 палок, 4 фитбола, 4 обруча, 4 баскетбольных мяча, 12 конусов.

3. Конкурс для ребёнка. Обвести поочередно 3 шайбы вокруг конуса, который стоит на расстоянии 6 м. от линии старта и на обратном пути забросить шайбу в ведро (расстояние от линии броска до ведра 3м). Инвентарь: 12 шайб, 4 клюшки, 4 ведра, 4 конуса.

4. Эстафета. «Башня». У ребёнка – ведро, у мамы – конус, у папы – мяч. Участники команды бегут эстафету поочередно, оббегают конус (стоит на расстоянии 18 м. от линии старта) и на обратном пути в обруче (расстояние от линии старта 9 м.) строят «башню» (ведро, на нём конус, сверху мяч). Инвентарь: 4 ведра, 8 конусов, 4 обруча, 4 волейбольных мяча.

5. Конкурс для мамы. 1. Игра «Удочка». Мамы становятся по кругу. Ведущий в центре круга вращает длинную верёвку. Игрок, задевший скакалку, выбывает из игры. 2. Пробежать под вращающейся верёвкой (верёвку держат 2 человека). 3. Прыжки через вращающуюся верёвку – 10 раз. Инвентарь: длинная верёвка.

6. Конкурс для папы. Проводится в форме эстафеты. Расстояние от линии старта до последнего конуса 18 м. Остальные 2 конуса расставлены равномерно по дистанции, для выполнения задания «змейкой». 1 задание – ведение баскетбольного мяча; 2 задание – ведение футбольного мяча; 3 задание – переноска теннисного шарика на теннисной ракетке. Все задания выполняются непрерывно, один за другим. Инвентарь: каждому папе в обруч положить перед стартом: баскетбольный мяч, футбольный мяч, теннисную ракетку, теннисный шарик (4 б/б мяча, 4 ф/б мяча, 4 ракетки, 4 тен. шарика, 12 конусов).

Выступление артистов.

Выступает танцевальная студия гимназии российской культуры с танцевальной композицией.

Объявление жюри предварительных итогов.

7. Эстафета. Инвентарь лежит на старте. Расстояние до конуса от линии старта 12 м. 1 задание. Вся команда передвигается, зажав фитбол на уровне груди без помощи рук. 2 задание. «Бег в обруче» (все участники команды расположены внутри обруча, обруч на уровне пояса). 3 задание. «Переноска ребёнка на палке». Палка в руках у мамы и папы. Ребёнок сидит на палке, держась за плечи родителей. Все задания выполняются непрерывно, один за другим. Инвентарь: 4 фитбола, 4 обруча, 4 палки, 4 конуса.

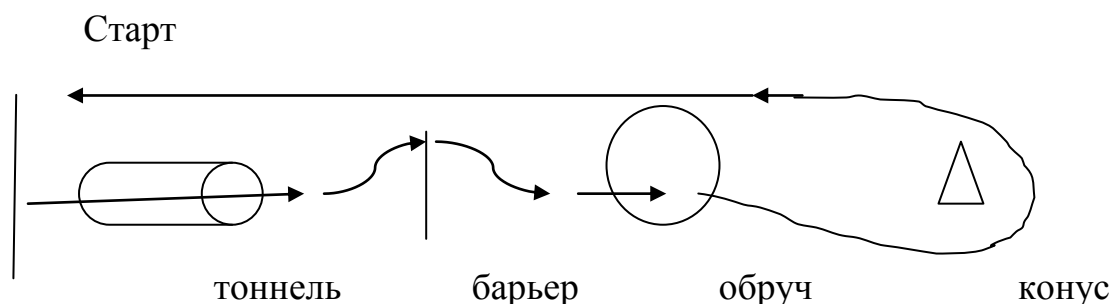
8. Конкурс для ребёнка. «Переноска конфет на ракетке» На старте стоит ведро с конфетами (1,5 кг) на расстоянии 9 м. от линии старта стоит другое ведро. Ребёнок переносит конфеты на ракетке (сколько поместится) из одного ведра в другое, пока конфеты не закончатся. Инвентарь: 4 ведра, 4 ракетки, 4 пакета, конфеты.

9. Эстафета. Расстояние до конуса 12 м. У папы с ребёнком связаны ноги верёвкой (папина правая нога, ребёнка – левая, или наоборот). Мама переставляет обруч вертикально полу по 3 линиям, так, чтобы папа и ребёнок могли пролезть в него (1 линия на расстоянии 3 м. от линии старта, 2- на расстоянии 6 м., 3- на расстоянии 9 м.) до конуса. Обратно бегут все вместе, взявшись за обруч. Инвентарь: 4 повязки, 4 обруча, 4 конуса.

10. Конкурс для мамы. В начале эстафеты звучит трек «Спокойной ночи, малыши». Затем включается зажигательная музыка. Проводится в форме эстафеты. 1 этап. Мама подбегает к ребёнку (расстояние от линии старта до ребёнка 9 м.), который «спит» (ребёнок лежит на коврике и делает вид, что спит), надевает на него футболку, или другой предмет одежды, поверх имеющейся. 2 этап. Мама бежит к пелёнке, которая висит на расстоянии 18 м. от линии старта, снимает её, пеленует пупса, кладёт в коляску для кукол (пупс и коляска находятся под верёвкой на коврике), катит коляску к финишу, на обратном пути захватив с собой ребёнка, который оставался сидеть на коврике. Инвентарь: 4 футболки, длинная верёвка, 3 пелёнки, 4 пупса, 4 коляски, 8 ковриков.

11. Конкурс для папы. Метание дротиков (для игры в дартс) по шарикам. Инвентарь: 5 дротиков, 15 шариков.

12. Эстафета. «Сложная». Расстояние от линии старта до конуса 18 м. инвентарь расположен равномерно по дистанции.



1 этап. Пролететь в тоннель (сшит из синтетической ткани, прикреплен к обручу). 2 этап. Перепрыгнуть через барьер (высота 50 см). 3 этап. Пролететь сквозь обруч. Оббежать конус. Возвратиться на линию старта обычным бегом. Инвентарь: 4 тоннеля, 4 барьера, 4 обруча, 4 конуса.

Подведение итогов соревнования.

Загадки для болельщиков. Конкурс проводит ведущий.
(Приложение №1)

Ведущий: Праздник веселый закончить мы рады,
Вручить всем хотим призы и награды.
Благодарим всех за старанье,
За радость спортивных побед.
Всем спасибо за внимание,
За задор и звонкий смех,
За огонь соревнований,
Обеспечивший успех.

Церемония награждения.

Все команды выходят в центр спортивного зала.

Жюри объявляет победителей и призёров.

Звучит туш для награждения.

Ведущий: Ваш смех звучал для нас большой наградой,
Улыбок ваших нам не позабыть!
Как жаль, что нужно с вами расставаться!
Как жаль, что всем нам скоро уходить.
Но в этот час, в минуту расставанья,
«Прощай» - мы вам не скажем никогда!
Вручив призы, мы скажем – до свиданья!
До встречи милые друзья!

Приложение №1

Загадки для болельщиков

Есть одна игра для вас
Мы прочтем стихи сейчас
Я – начну, а вы – кончайте,
Дружно хором отвечайте

Что за невод на дворе?
Не мешал бы ты игре,
Ты бы лучше отошел,
Мы играем в (волейбол).

Два березовых коня
Через лес несут меня,

Кони эти рыжи
И зовут их (лыжи).

Просыпаюсь рано утром
Вместе с солнышком румяным,
Заправляю сам кроватьку,
Быстро делаю (зарядку).

Мчусь, как пуля вперёд
Лишь поскрипывает лёд,
Да мелькают огоньки.
Кто несёт меня? (коньки)

Взял железных два бруска,
Два железных полозка
На бруски набил я планки.
Дайте снег, готовы (санки).
Игра веселая футбол
Уже забили первый... (гол).

Вот разбежался сильно кто-то
И мяч влетел прямо... (в ворота).

А Петя мяч ногою хлоп
И угодил мальчишке ... (в лоб).

Хохочет весело мальчишка –
На лбу растёт большая... (шишка)

Но парню шишка нипочем.
Опять бежит он за ... (мячом).