

Ф.И.О. Коротких Г.Г.

Место работы: МОУ СШ №1г.Богородицк

Должность: учитель физической культуры

***Папа, мама, я –
спортивная семья!***

Пояснительная записка

Проблемы сохранения здоровья учащихся, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

«В здоровом теле – здоровый дух», под таким девизом проходит спортивный праздник с целью пропаганды здорового образа жизни, организации совместно активного отдыха детей и родителей и взаимодействия семьи и школы.

Задачи:

1. Развивать физические качества: силу, выносливость, внимание, ловкость, быстроту, сообразительность, взаимоподдержку
2. Воспитывать у родителей и детей интерес к совместному проведению досуга
3. Укреплять дружеские отношения между семьями
4. Получить заряд бодрости энергии и позитива

Праздник проходит в виде соревнования между двумя командами. Состав команд ученики с 1 по 9 классы и родители в количестве 8 человек. Команды придумывают название, девизы, приветствия, разучивают песню, рисуют эмблемы. Одноклассники - болельщики готовят кричалки, плакаты.

В состав жюри входят классные руководители.

Оборудование и оформление: выставка «Загляни в семейный альбом», «Мир семейных увлечений», фонограммы песен: «Улыбка», «Родительский дом», медали для награждения, наглядный материал (буквы, плакаты), шарики для украшения зала, музыкальный центр, свисток, секундомер.

Спортивный инвентарь: обручи, скакалки, баскетбольный мячи, фитбольные мячи, воздушные шары, теннисные ракетки, лыжи, шахматная доска, молотки, гвозди. Клоунское снаряжение (штаны, колпаки), теннисные шарики, дорожки для лабиринта, 6 одинаковых пустых коробок и шесть замков, два ключа, два ведра воды и две пустые банки.

Методические советы на подготовительный период: предварительно дети готовят приглашения для родителей, учат стихи. Болельщики готовят кричалки, помогают оформлять стенд, украшать зал, выпускают плакаты. Дети вырезают смайлики для оценивания команд.

Ведущий:

Здравствуйтесь, взрослые! Здравствуйтесь, дети! Всем по большому-большому привету. Праздник спорта начинаем, всех на праздник приглашаем.

Сегодня на нашей площадке собрались самые дружные семейные команды. Предлагаю командам для начала отыскать свои названия на записках, которые спрятаны в этих воздушных шариках. По моей команде вы одновременно лопаετε свои шарики. Так мы дружным салютом возвестим о начале праздника и найдем названия своих команд.

Команда «Радуга»

Наш девиз: «Будем дружными всегда, как у радуги цвета»

Приветствие: «Пусть будет справедливая игра, кто проиграет - не беда»

Команда «Улыбки»

Наш девиз: Жизнь без улыбки – просто ошибка»

Приветствие: Пусть дружба победит в нашей игре, и мирно станут жить все на земле»

Ведущий: Сегодня у нас, как на настоящих соревнованиях, оценивать результаты будет жюри.

Конкурсы, эстафеты будут оцениваться веселыми смайликами.

Все эстафеты будут показывать папа, мама и ребенок.

Поддерживать свои команды пришли болельщики.

Ведущий:

Наш 1 конкурс – «Наша дружная семья»

-Вся команда строится в шеренгу по: росту, количеству пуговиц, цвету волос (2 слайд)

2 конкурс: Всадники

Команда должна достать до пенька и забить гвоздь, чтобы шляпа сравнялась с пеньком.

(вид переправы – папы едут на лыжах, мамы на санках, ребенок на футбольном мяче) (3 слайд)

3 конкурс «Самые ловкие ключники»

Команда участвует парами с баскетбольным мячом, передавая друг другу с отскоком от пола, на полу обручи, доходят до этапа. Задача с одного конца, где на веревку одет ключ, пройди до другого конца веревки, освободив при этом ключ.

(веревка 10 метров змейкой обвита вокруг гимнастической лавочки) (4 слайд)

4 конкурс «Шашечный бой»

Задача: Участвует вся команда по очереди. Забивает в кольцо баскетбольный мяч. После попадания игрок, забивший мяч, делает ход на шашечной доске, а команда продолжает забивать (соперники на другом кольце делают тоже самое)

Игра продолжается до победы в шашки. (5 слайд)

5 конкурс «Гусеница»

Команда выстраивается в колонну друг за другом. У капитана волейбольный мяч. По свистку капитан передает мяч низ между ног всей команды. Последний получает мяч и бежит вперед, передает так же мяч. Конкурс продолжается до тех пор, пока вся команда не дойдет от старта до финиша. (6 слайд)

6 конкурс «Доставить колобка до финиша»

Со старта уходят парами на 1 скакалке. На этапе участники должны дуть на теннисный шарик, ведя его вдоль лабиринта на столе – до конца. Аналогично проходит следующая пара. (7 слайд)

7 конкурс «Одеть клоуна»

Первый добегают до стула, одеваются в клоуна в широкие штаны, встает на стул. Команда сама надувает шарик и с помощью теннисной ракетки по тоннелю из обручей доводит до клоуна. Выигрывает та команда, которая принесет больше шаров клоуну. (8 слайд)

8 конкурс «Обгони соперника»

Вся команда должна стаканом из ведра сносить воду в банку, где лежит ключ, приклеенный скотчем к теннисному шару. Достает команда ключ и открывает один из 6 замков, где лежит шифровка, которую команда расшифровывает. (9 слайд)

Слово жюри:

Ну вот и подошла к концу наша встреча, которая еще раз доказала, что взрослые и дети всегда могут рассчитывать на поддержку друг друга.

Спасибо всем родителям, нашедшим возможность поучаствовать сегодня в этом спортивном празднике.

А на память о сегодняшней встрече мы дарим вам медали и призы.