

Сценарий спортивного праздника «Вместе всей семьей»

Для спорта нет границ и расстояний!
Понятен он народам всей Земли!
Он всей планеты нашей достоянье!
Спорт дарит счастье здоровья и любви!

Цель:

1. Формирование здорового образа жизни на основе примера родителей.
2. Воспитание чувства гордости за свою семью, уважения к родителям .
3. Вовлечение обучающихся в систематические занятия физической культурой и спортом.

Задачи:

1. Формирование здорового образа жизни.
2. Укрепление отношений между школой и семьей.
2. Вовлечение родителей в спортивную жизнь школьника.
3. Воспитание чувства любви и гордости за свою семью, уважения к родителям.

Место проведения : спортивный зал.

Участники: 1-9 классы и их семьи.

До начала праздника звучит веселая музыка, зал украшен шарами и плакатами на тему спорта, культуры здоровья.

Ход мероприятия

1. Приветствие ведущего.

Здравствуйте, дорогие друзья! Мы рады приветствовать всех на спортивном семейном празднике! Он посвящен Дню Здоровья, который традиционно проходит в нашей школе. В том году мы решили провести его вместе с родителями (Аплодисменты)

2. Разминка, создание позитивного настроения

Ведущий:

За окном стоит осень и ее чудесный месяц – сентябрь. И прежде чем начать наши состязания, предлагаю всем немного размяться.

(В большой круг встают участники и болельщики)

Игра со зрителями «Дождь»

Ведущий: Когда я скажу: «Упала одна капля» вы хлопаете в ладоши 1 раз

«Упало две капли» - 2 раза;

«Упало три капли» - 3 раза;

«Пошёл дождь» - просто хлопаете в ладоши

«Дождь усиливается, усиливается, усиливается, пошёл сильный ливень»

Ведущий: Вот такими дружными аплодисментами встречайте наших участников

3.Представление команд – участниц.

Ведущий: Уважаемые участники праздника!

Сегодня в наших соревнованиях примут участие следующие семейные команды:

(Представляются семейные команды, зрители и болельщики приветствуют их аплодисментами,)

Ведущий: Прошу участников выйти на стартовую площадку и совершить круг почета.

(Под музыку участники (команды) совершают круг почета и выстраиваются для жеребьевки у стола жюри)

Ведущий: Слово для приветствия предоставляется заместителю директора по технике безопасности образовательного процесса Тимофееву А.Л.

(инструктаж по технике безопасности)

4.Объяснение условий соревнований (ведущий)

-План праздника – веселые старты; товарищеский матч по волейболу; флеш-моб; просмотр фильма «Легенда 17»

- В состав семейных команд, кроме родителей, могут входить старшие братья, сестры, дяди, тёти, крёстные и волонтеры.

5.Сегодня у нас первая семейная встреча, и это здорово, что у нас есть стремление подружиться друг с другом. Приятно видеть людей с доброй, приветливой улыбкой и счастливым взглядом. А если это семья – это приятно вдвойне. Мы с удовольствием познакомим вас с семьями.

Во все времена человек стремился к здоровому образу жизни, желая познать пределы своих возможностей, не боясь бросить вызов судьбе. И часто выходил победителем. А спорт это и есть: жизнь, здоровье, риск, поиск, победа.

И прямо сейчас, на ваших глазах состоятся семейные соревнования самых смелых и решительных, самых находчивых и веселых.

Но неважно, кто станет победителем в нашем, скорее шуточном состязании, а победитель обязательно будет, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.

Ведущий:

У нас сегодня не просто праздник, а соревнование! А раз у нас соревнование, значит должно быть строгое, но справедливое жюри.

Представляю наше жюри...

(представление членов жюри)

6.Ведущий: Отлично! Команды представлены, с жюри познакомились начинаем соревнования! А о названии первого конкурса нам поможет догадаться загадка:

Был похож на мяч немножко

И катался по дорожкам.

Укатился ото всех,
Кроме рыжей — вот так смех! (колобок)

1) Эстафета "Колобок"

*Ребенок - катит мяч по прямой до стойки и обратно;
Мама - катит мяч змейкой между стойками туда и обратно;
Папа - ведение мяча змейкой между стойками туда и обратно.*

2) Конкурс «Пингвины»

Ведущий: А сейчас перенесёмся в самую холодную точку земного шара — Антарктиду. Там живут птицы - пингвины, они очень неуклюжи и не умеют летать. Зато в воде могут соперничать с дельфинами. Они могут развивать скорость до 40 км. в час. Вы будете пингвинами, которые решили соревноваться по бегу.

Участник, зажав кубик между колен, выполняет бег до поворотного конуса, обежав его, бегом передает кубик папе, затем маме. В случае потери кубика подобрать его и продолжать соревнование. Побеждает команда, раньше закончившая эстафету.

3) Эстафета с гимнастической палкой

Каждая семья строится в колонну по одному за общей линией старта во главе с ребенком, замыкающий - отец. В каждой руке у ребенка - гимнастическая палка, на полу перед ним вдоль линии старта лежит еще одна гимнастическая палка. По сигналу он начинает обеими палками проталкивать вперед лежащую палку до поворотной стойки и назад. Затем тоже выполняет мама. Отец заканчивает эстафету, пользуясь лишь одной палкой в руках. Выигрывает команда, которая раньше закончит эстафету.

4) Эстафета «По кочкам»

Семьям дают два обруча. Участники встают в один обруч, а второй кладут перед собой, затем становятся в него и т.д.

Сначала задание выполняет папа, затем — мама и ребенок.

5) Эстафета «Снайперы»

Первым в обруче стоит ребёнок, у него три мяча. В трёх метрах от него находится мама, дальше в трёх метрах стоит папа с корзиной в руках.

Ребенок бросает мяч маме. Она ловит его и бросает корзину, которую держит папа. Из обручей выходить нельзя.

Выигрывает семья, собравшая в корзине больше мячей.

6) Эстафета «Каждому своё»

Напротив, команд в обруче лежат: игрушка, ключ гаечный, фартук. Первым бежит папа, он берет ключ, передаёт эстафету маме. Она бежит, надевает фартук, возвращается на место и передаёт эстафету ребёнку.

Он бежит, забирает игрушку и возвращается к команде.

Побеждает команда, быстрее справившая задание.

7) Эстафета «Осенний триатлон»

Папа, начинает эстафету: на бегу расставляет кегли (3 шт.) до ориентира - обруча, в котором лежит баскетбольный мяч, забирает его и отдаёт мяч маме. Она обводит между кеглями баскетбольный мяч (ведение мяча) и

кладёт его в обруч. Ребенок собирает кегли, дотрагивается до мяча и бежит к финишу.

Побеждает команда, быстрее справившая задание

8) Эстафета «Осеннее облачко»

А) Папа перемещает теннисной ракеткой воздушный шарик («облачко»), затем подхватывает эстафету мама, далее - ребёнок.

Побеждает семейная команда, быстрее всех переместившая шарик.

Б) Участники строятся за общей линией старта в колонну по одному. У ребенка в руках надувной шар. По сигналу он, подбивая шар, продвигается вперед до поворотной стойки и обратно. Мама выполняет то же, но подбивает шар теннисной ракеткой, папа - гимнастической палкой.

Побеждает семья, которая раньше выполнит задание.

9) Эстафета «Переноска мячей».

(Каждый игрок команды добегают до стены, возвращается к команде, передаёт мяч следующему участнику: дети – один мяч, мамы два – мяча, папы три – мяча.)

10) Эстафета «Лабиринт».

Участнику необходимо обежать все барьеры и вернуться обратно. Вторым участником должен перепрыгнуть через барьеры. Третий же проползти под барьерами. В такой очередности продолжить эстафету. Последний участник берет подсказку, преодолев все препятствия.

11) Эстафета "Шайбу, шайбу!"

При помощи хоккейной клюшки надо провести мяч между кеглями до стойки и обратно. Сбитая кегля "-1" очко.

7. Ведущий: Вот и закончились наши соревнования. Пока жюри подводит итоги веселых стартов, давайте поиграем.

Участники и зрители играют.

Игра «Мы автобус ожидаем».

Провести игру мне помогут **лучшие спортсмены школы**

(Все действия производятся под веселую музыку)

Мы автобус ожидаем *(рука козырьком, смотрим по сторонам)*

Увидали, побежали! *(бег на месте)*

Заскочили, покачались *(одна рука сверху, будто на поручне, качаемся из стороны в сторону)*

И в салоне потолкались *(плечами друг к другу)*

У окошка место *(повернулись в сторону)*

Кто устал, тот может сесть, *(присели)*

И про слабых не забыли *(покачали головой)*

Быстро место уступили *(встали)*

Мы к соседям повернулись *(в одну, в другую сторону)*

И друг другу улыбнулись, *(направо, налево)*

По плечу похлопали *(соседей слева и справа)*

И к выходу потопали. *(ходьба на месте)*

Вежливо извиняемся, *(наклонили голову)*

Местами мы меняемся, *(поменялись местами)*
До поручней дотянулись, *(тянемся вверх)*
Вышли все и обернулись, *(посмотрели назад)*
Всем ладошкой помахали *(активно машем рукой)*
И вприпрыжку поскакали *(подскоки на месте)*

Ведущий: Спасибо всем! Но ходить советуем больше пешком, и бегать, а не ждать автобус.

Ведущий: Кто же победил? Победили все, потому что каждая семья - команда! Сегодня все достойные похвалы. Каждая команда проявила сплочённость и волю к победе. Но в любых соревнованиях есть победители.

Жюри объявляют результаты, награждает команду-победителя

8.Ведущий: А сейчас мы просим команды присоединиться к болельщикам и поболеть за участников товарищеского матча по волейболу, который состоится среди сборной школы учеников старших классов и родителями

9.Ведущий:

Последний вид соревнований,
Мы завершили и сейчас
Итог всех наших состязаний,
Пусть судьи доведут до нас

Просим жюри подвести итоги, а вас, дорогие ребята и уважаемые взрослые, приглашаем принять участие в фитнес - минутке «Флеш-моб», а помогут в этом девочки танцевального кружка «Спортивные танцы»

Общая фитнес-минутка (флеш-моб) – «Руки над головами»

(взрослые и дети выстраиваются в общий круг и под весёлую музыку выполняют движения за инструктором-волонтёром)

10.Подведение итогов соревнований, выступление жюри. Награждение команд

11.Заключительное слово ведущего. Фото на память.

Наши соревнования подошли к концу.

Пусть всем семейные старты запомнятся!

Пусть все невзгоды пройдут стороной!

Пусть все желания ваши исполнятся,

А физкультура станет родной! До свиданья! До новых встреч!

12.Круг почёта под спортивный марш.