Спортивный праздник

«Неразлучные друзья- взрослые и дети»

для учащихся 3-4 классов и родителей

(Кудряшова Е.Б., учитель ЛФК)

Цель: привлечение к совместным занятиям физкультурой детей и родителей.

Задачи:

- Организовать совместный досуг детей и родителей.
- Учить детей проявлять быстроту, ловкость, находчивость, смекалку.
- Развивать умение сопереживать и помогать друг другу.

Участники: от каждого класса участвуют по 3 девочки, 3 мальчика, 3 папы и 3 мамы.

Каждый класс готовит название команды, девиз.

Инвентарь: фишки, скакалки - 4, волейбольный мяч - 4, обручи - 4, мяч-прыгун - 4, одноразовые тарелочки - 4, шапки - 4, варежки большого размера – 4, пластмассовые шарики – 400 шт., воздушные шары – 4, баскетбольные мячи – 4 шт.

Ход праздника

Звучат фанфары.Под аплодисменты болельщиков входят команды, состоящие из родителей и детей.

Ведущий:Дорогие друзья! Мы приветствуем вас на спортивном празднике «Неразлучные друзья – взрослые и дети» и рады видеть вас улыбающихся, подтянутых, готовых показать свою силу, ловкость, быстроту, а главное – дружбу и сплоченность замечательных семейно-классных команд. Надеемся, что сегодняшний праздник удастся и запомнится вам надолго.

Семья – это не просто слово. Это тёплая улыбка мамы, добрые руки отца и весёлый смех детей. Это то место, где нас любят и ждут. Семейные традиции существовали всегда, и мы очень рады, что сегодня вы продолжаете спортивные традиции нашей школы.Мы горячо благодарим тех родителей, которые, преодолев стеснение, отбросив свои дела, согласились на участие в нашем состязании.А как горды за своих мам и пап их дети! Не скрою, каждый ребёнок хотел бы видеть сегодня своих родителей на спортивной площадке.

Давайте познакомимся с командами-участницами. Представьте название своей команды и девиз: (*свое название и девиз представляют поочередно команды 3 А, 3Б, 3 В, 3 Г классов).*

Дорогие болельщики! Спортсмены! Судьи! Жюри!

Наши микрофоны установлены в школьном спортивном зале, где наши спортсмены продемонстрируют готовность защитить свою семью, свой класс, а так же умение бегать, прыгать, поднимать тяжести. Мы приветствуем и поздравляем всех, кто вышел на старт. Успехов вам!

1 ребенок:Чем жива семья сегодня?
Всех проблем не одолеть.
И порою забываем,
Что в заботах и тревогах
Главное – семью сберечь.
2 ребенок:Дом, в котором мы живём,
Самый лучший в мире дом.
Память, добрую о нем
Мы всю жизнь в сердцах несём.
Пусть тепло и добрый свет
Будут в нем на тысячу лет!
1 ребенок: Дом, в котором мы живём,
Это очень шумный дом.
После разных дел с утра
В нем всегда идет игра!
2 ребенок:Папа, мама, словно дети,
Сами ждут минуты эти.
Им на игры, право слово,
Не хватает выходного.
1 ребенок: А на празднике, друзья,
Нам без игр никак нельзя.
Больше страсти, больше смеха,
Пусть вовсю идет потеха !
Ведущий:Мы приглашаем наши команды начать состязания!

Наши помощники подскажут Вам, как выполнить задания – эстафеты. Все задания выполняются командами на время.

Итак, мы начинаем! И первая эстафета – разминочная.Сначала задания выполняют дети, затем взрослые – мамы, папы.

1. Разминка.

Каждый участник команды поочередно должен обежать змейкой фишки туда и обратно, передавая эстафетную палочку.

2. Кот в варежках и шапочке.

Первый игрок бежит до фишки, надевает шапочку, варежки возвращается, снимает и отдает их следующему игроку команды; следующий игрок надевает шапочку и варежки, бежит до фишки, снимает их, возвращается обратно и передает эстафету следующему участнику. И так повторяется для всех игроков (один надевает и приносит, другой надевает и уносит одежду). Задания сначала выполняют девочки, потом мальчики, потом женщины, заканчивают эстафету мужчины.

3. Смешанная.

1) дети по очереди прыгают на мяче туда и обратно;
2) мамы прыгают через скакалку;
3) папы, из упора лежа, головой толкают волейбольный мяч до фишки, обратно возвращаются бегом.

Ведущий: да, слаженно работают наши команды. Дадим им передохнуть, а судьям возможность подсчитать полученные очки.А мы посмотрим наших артистов.

Танцевальная заставка.

Ведущий: уважаемые судьи, огласите нам итоги трех эстафет. Уважаемы участники, выНемного отдохнули. А сейчас самые трудные, самые сложные испытания. Наберитесь силы духа, и мы продолжаем. Итак, следующая эстафета – «Собери снежки»

4. Собери снежки.

Участник бежит до стойки с тарелочками, набирает ими шарики и бежит обратно, высыпает их в коробку, отдает тарелочки следующему участнику. (Запрещается подбирать упавшие не пол шарики).Задания сначала выполняют девочки, потом мальчики, потом женщины, заканчивают эстафету мужчины. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету и наберет большее количество шариков.

5. Смешанная «Родео».

1)Девочки прыгают через обруч до стойки и обратно
2) Мальчики прыгают туда и обратно в мешке.
3) Мамы и папы в паре, удерживая большой мяч грудью, двигаются боковым приставным шагом до стойки и обратно.

6. Смешанная

1) Девочки с мячом между колен прыгают до стойки, обратно возвращаются бегом;
2)Мамы двигаются туда и обратно, удерживая на тарелочке воздушный шарик;
3)Мальчики двигаются каракатицей до стойки, обратно – бегом;
4)Папы выполняют ведение баскетбольного мяча туда и обратно.

7. Переправа.

Папы по очереди переносят по одному ребенкуна другую сторону спортзала, удерживая их за спиной,затем каждый папа, держась за руку, бегом туда же переводит маму (Папа 1 –мальчик 1, п2 –м2, п3-м3, папа 1-девочка 1,п2-д2,п3 –д3; п1-мама1,п2 –мама2, п3 –мама3). По окончании вся команда возвращается бегом назад к месту начала эстафеты.

Пока судьи подводят итоги, мы приглашаем группу «Грация». Танец «Неразлучные друзья».

Подведем общий итог соревнований.

Награждение.

1 ребенок: Провели мы состязанья
И желаем на прощанье
Всем здоровье укреплять,
Мышцы крепче накачать.

2 ребенок:На диване не лежать,
На скакалочке скакать.
Всем сегодня пожелаем
Не стареть и не болеть,
Больше спортом заниматься,
Чувство юмора иметь.

Ведущий:Всем спасибо за вниманье,
За задор и звонкий смех,
За азарт соревнования,
Обеспечивший успех.
Вот настал момент прощанья,
Будет краткой моя речь.
Говорю всем «до свидания»,
До счастливых новых встреч!