

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования
«Центр детского творчества «Олимп» Приволжского района г. Казани

**Сценарий спортивного праздника
«Мама, папа, я спортивная семья»**



Плеханова Лия Фаргатовна
Педагог дополнительного образования
89991622161

2024 год

Актуальность. Одним из факторов формирования здорового поколения, способного к активной деятельности, учению, труду, было и остается физическое воспитание. Спортивные игры приобщают учащихся к здоровому образу жизни, в профилактике асоциального поведения, в создании условий для самореализации личности учащихся, укрепления физического здоровья.

Здоровое, красивое тело, красивые движения - результат правильного физического развития. Спортивные эстафеты являются условием формирования двигательной активности детей, а также стимулирующим фактором развития интеллектуальной, эмоциональной и других сфер ребенка.

Новизна спортивных эстафет в том, что они дают возможность проявиться учащемуся с разных сторон: проявить эмоции, характер, силу воли и сотрудничество в команде. Принять участие в эстафетах может любой желающий, так как они заключают в себя разносторонние задания, объединяют упражнения из разных видов спорта.

Участники праздника. К эстафетам допускаются учащиеся 5 классов и их родители. Команда состоит из трёх человек: ребенок, мама и папа (папу и маму может заменить брат или сестра, а также бабушка с дедушкой). Количество команд: 4.

Инвентарь: баскетбольные мячи, поворотные стойки, гимнастические обручи, теннисные мячи, маленькие ведра, волейбольные мячи, конусы, скакалки, клюшки, шарики, ракетки, эстафетные палочки.

Цель - Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

1. Укрепление здоровья детей и их родителей.
2. Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства дружбы.
3. Определение сильнейшей команды

Ожидаемые результаты:

- Мотивация к двигательной активности;
- Заинтересованность родителей в сохранении и укреплении как здоровья обучающихся, так и своего здоровья;
- Формирование отношения детей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

Ведущий №1. Добрый день дорогие друзья! Мы очень рады приветствовать вас на нашем спортивном празднике «Мама, папа, я спортивная семья», приуроченный завершению Года Семьи. Мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Пусть девизом нашей сегодняшней встречи станут простые слова «Спорт поможет нам везде: и в учебе, и в труде!».

Ведущая №2. Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать дружные спортивные семьи.

Призываем команды к честной спортивной борьбе, желаем всем успехов. И пусть победит сильнейший.

Сейчас я вам оглашу правила нашего праздника:

- ✓ Забеги в командах строго по очереди
- ✓ Выбегать за линию старта раньше времени не разрешается
- ✓ Эстафета продолжается до тех пор, пока задание не выполнят все игроки
- ✓ Результат подводится по очкам: команда, которая быстрее всех закончила эстафету получает 5 баллов, команда закончившая эстафету второй получает 3 балла, третья команда 2 бала и последние получают 1 бал
- ✓ За каждую ошибку назначается штрафное очко
- ✓ Побеждает команда, набравшая большее количество очков

Перед началом праздника нам срочно нужно привести наше тело в тонус, в этом нам поможет разминка.

Общая разминка под музыку:

- ОРУ на плечевой пояс (наклоны повороты , вращения);
- ОРУ на руки (разводка);
- ОРУ на боковые мышцы и мышцы спины (наклоны, повороты);
- ОРУ на растяжку.
- прыжки на месте (на одной, на двух)
- подъемы на носки (на одной, на двух ногах)

Ведущий №1. И так наше тело разогрето, можно переходить к первому конкурсу «Приветствие».

Приветствие: Семьям предстоит представить свои названия и девизы (не более 30 сек.). Время для подготовки 3 минуты.

У всех команд получились оригинальные названия, всем большое спасибо! Идем дальше, и впереди уже нас ждут первые эстафеты.

Ведущая №2.

Первая эстафета «Передай другому»

Каждая семья строится за общей линией старта в колонну по одному. В руках у первого баскетбольный мяч. По команде первый передает мяч сзади стоящему (сверху). Приняв мяч стоящий последним бежит вперед. Далее тоже самое пока первым не окажется кто стоял в начале.

Задание самое легкое. Команды готовы? И так: «На старт внимание Март!»

В этой эстафете первыми закончила, команда «_____» и она получает 5 баллов.

Вторая команда закончила «_____» она получает 3 бала.

Команда «_____» получает 2 бала.

И последней закончила команда «_____» вы получаете 1 бал.

Ведущий №1.

Вторая эстафета «Космический полет»

Каждая семья строиться за общей линией старта в колонну по одному во главе с папой, а замыкающий - ребенок. Перед каждой колонной на расстоянии 15 м установлена поворотная стойка. У папы в руках гимнастический обруч. По сигналу он надевает его на пояс и бежит вперед, обегает стойку, возвращается к колонне и вместе с мамой в одном обруче проделывает то же самое. Затем к ним присоединяется ребенок, и они вместе совершают "космический полет". Выигрывает семья, участники которой быстрее вернуться в исходное положение.

Просим жюри огласить итоги этой эстафеты.

Ведущая №2.

Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно. Только надо знать, как здоровым стать! Что ж друзья! Расслабляться нам нельзя! Дух перевели – и эстафета номер три «Посадка овощей». В руках у детей маленькое ведро, в котором четыре предмета. Напротив, команды ставятся «лунки». По сигналу дети бегут и сажают «овощи» в четыре «лунки» (по одному предмету), оббегают указатели – ориентиры и, вернувшись к маме, передают ей ведро. Мама бежит с ведром в «огород» и собирает урожай из каждой «лунки», оббегают указатель – ориентир и быстро возвращается к команде. Папа, получив ведро от мамы, бежит в «огород» и сажает в каждую «лунку» «овощи», оббегают указатель – ориентир и возвращается к команде.

Уважаемые члены жюри просим огласить итоги данного конкурса.

Ведущий №1.

Следующая эстафета поможет нам понять, какая же из команд самая ловкая, эстафета называется: «Бег пингвинов»

Начинает ребёнок, зажав волейбольный мяч между колен, прыгает до поворотного конуса, обежав его, бегом передает мяч папе, затем маме. В случае потери мяча подобрать его и продолжать соревнование. Побеждает команда, раньше закончившая эстафету.

Ведущая №2.

Эстафета «Горячий мяч»

По сигналу первая пара (мама и ребёнок) делает передачу мяча друг другу в движении от груди двумя руками. Добегает до указателя – ориентира, и мама остаётся. Ребёнок обратно ведёт мяч до линии старта, в паре с папой делают передачу мяча друг другу в движении. Добегают до

указателей – ориентира и папа остаётся. Ребенок снова обратно ведёт мяч до линии старта. Побеждает команда, кто быстрее довел мяч до линии старта.

В этой упорной борьбе первыми закончила, команда « _____ » и она получает 5 баллов.

Вторая команда закончила « _____ » она получает 3 бала.

Команда « _____ » получает 2 бала.

И последней закончила команда « _____ » вы получаете 1 бал.

Ведущий №1.

Следующее состязание под названием «Держи баланс»

По сигналу команды по очереди катят обруч вперед до поворотного конуса; обогнув конус, так же возвращаются. Выигрывает команда, которой первой закончила эстафету.

Ведущая №2.

Здоровый образ жизни!

Полезен он для всех.

Здоровый образ жизни!

Удача и успех.

Здоровый образ жизни!

Со мной ты навсегда.

Здоровый образ жизни!

Всегда! Всегда! Всегда.

Эстафета «Попрыгунчики»

Выполняется бег на скакалке по прямой до поворотного конуса, обратно возвращаться со скакалкой в руке на скорости без прыжков. Побеждает команда, которая выполнила задание быстрее других.

Ведущий №1.

Переходим к эстафете «Хоккеисты» (Обводка)

Вести теннисный мяч клюшкой до поворотного конуса. Обратно клюшку и мяч берем в руки и возвращаемся бегом. Побеждает команда, которая выполнила задание быстрее других. Напоминаю команда закончившая эстафету первой получает 5 баллов, вторая получает 3 бала, команда пришедшая третья 2 бала и команда пришедшая последняя 1 бал.

Ведущая №2.

Спорт поможет легко вам всем снять напряжение

Подружитесь вы с ним- благодарность вас ждет

Ведь к победам вас спорт так легко приведет

Эстафета «Не урони»

Первый участник несёт на ракетке шарик (надувной) не уронив его надо дойти до поворотного конуса. Обратно возвращается скоростным бегом. Побеждает команда, которая выполнила задание быстрее других.

Ведущий №1.

Спорт - это не только увлечение, но еще и долгий, тяжкий труд.

Только тех, не знает кто о лени, спортсменами зовут. И завершает нашу эстафету, эстафета под названием «Быстрые ноги»

Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих эстафетные палочки. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии, бежит по прямой до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает эстафетную палочку следующему участнику, а сам становится в конец своей колонны.

Ведущая №2.

И так, наш праздник завершен, сейчас наше жюри подведет итоги. А мы в этот момент проведем викторину для болельщиков.

1. В какой игре пользуются самым легким мячом? (настольный теннис)
2. Сколько игроков в баскетбольной команде? (пять)
3. Назовите средства закаливания? (солнце, воздух, вода)
4. В каком виде спорта спортсмены наносят друг другу уколы? (в фехтовании)
5. Назовите виды спорта в которых присутствует мяч?
6. Какая страна зародила первые олимпийские игры? (Древняя Греция)
7. Каких хоккеистов вы знаете?
8. Сколько олимпиадных колец? (5)
9. Символ олимпиады из зверей? (мишка)
10. Название теннисной площадки? (корт)

Ведущий №1. Внимание! Внимание! Объявляем итоги спортивного праздника «Мама, папа, я спортивная семья».

Награждение проводит директор (Образовательное учреждение, где проводился праздник).

Ведущая №2. Всем спасибо за участие. Вы все большое молодцы.