«Согласовано» «УТВЕРЖДАЮ»

 Председатель м/о И. О. директора ГБОУ СОШ № 121

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ягудин Р.А. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Сметлев В.С.

26.10.2012 год. 26.10.2012 год.

Внеклассное мероприятие
«Папа, мама, я – спортивная семья!»

 Разработчик: Петрович Зоя

 Александровна

Москва 2012 год

**« ПАПА, МАМА, Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ»**

**ЦЕЛЬ:**

* -воспитание у детей и родителей положительных эмоций от совместного мероприятия;
* -развитие морально – волевых качеств, быстроты, силы, ловкости, выносливости.
* Пропаганда здорового образа жизни, приобщение семьи к физкультуре и спорту, создать праздничное настроение у детей и их родителей.
* Закрепление раннее разученных навыков: прыжки через скакалку, упражнения с мячом, бег на скорость.
* Осуществлять взаимосвязь по физическому воспитанию детей между школой и семьей.
* Пропагандировать здоровый образ жизни, способствовать приобщению семьи к физкультуре и спорту.
* Привлечь детей и их родителей к занятиям физической культурой и спортом.
* Умения и навыки учеников в процессе сотрудничества с родителями:
* -умение взаимодействовать друг с другом,
* -умение оказания взаимопомощи, поддержки в группе в решении основных задач в достижении общей цели,
* -умение сопереживать,
* -навыки партнёрского общения,
* -умение прислушиваться к мнению сверстников, сопереживать неудачам,
* -воспитывать взаимовыручку, желание прийти на помощь, как словом, так и действием.

**ХОД ПРАЗДНИКА**

**Ведущий:**

Добрый день, дорогие гости! Мы рады видеть вас на семейном празднике « ПАПА, МАМА, Я \_ СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ». Семья – самое главное в жизни для каждого из нас. Семья – это близкие и родные люди, те, кого мы любим, с кого берем пример, о ком заботимся, кому желаем добра и счастья. Именно в семье мы учимся любви, ответственности, заботе и уважению.

**Ведущий:**

 А сейчас мы хотим представить наших смелых и сильных пап.

Папы–*(делают шаг вперед)*

 Вот они перед нами – слегка бодрые, местами подтянутые и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно – мы узнаем позже (*папы встают на свои места*).

**Ведущий:**

 А теперь, наши замечательные мамы.

мамы– *(делают шаг вперед)*

 Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки: плита, бег по магазинам, стирка, уборка. И даже ежегодные передышки 8 марта не выбивают их из колеи. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам *(мамы делают шаг назад).*

**Ведущий:**

 И, наконец, самые главные участники соревнований! *(дети делают шаг вперед)*

Это они еще с пеленок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружескую команду, ставя перед собой все новые задачи: тяжело в учении, легко в бою.

**Ведущий:**

Мы от души приветствуем и поздравляем всех, кто сегодня вышел на старт! Успехов нашим командам и побед!

**Ведущий:**

Затей у нас большой запас,
И все они, друзья, для вас!
И сейчас без опозданья
Начинаем состязанье.

**Ведущий:**

По плечу победа смелым, ждет того большой успех

Кто, не дрогнув, если нужно вступит в бой один за всех.

Пусть жюри весь ход сраженья без промашки проследит,

Кто окажется дружнее, тот в бою и победит.

**Ведущий:**

Оценивать наши успехи будет жюри в составе:

 Главный судья - … (Ф. И. О., должность)

 Члены жюри - … (Ф. И. О., должность)

 … (Ф. И. О., должность) и т.д

**Ведущий:**

Песнею звонкой
Дружным парадом
Мы начинаем
Нашу программу.
Дружно крикнем, детвора,
Папам и мамам
Физкульт-ура!

- А сейчас поприветствуем наши команды и предоставим им слово.

**Ведущий:**

Вот собрались три команды,
Сильных, ловких, боевых

Пусть себя они представят

Ну, а мы поддержим их!

**Ведущий:**

 Делу время, час забаве.

 Команды слово-то за вами.

**Ведущий:** Первой представит себя команда………..

**Ведущий:** Предоставляется слово команде……………

**Ведущий:** И, наконец, третья команда……………….

**Ведущий:** Итак, с командами Вы познакомились, но в спорте существуют свои законы и наши спортсмены должны поклясться выполнять их.

**Клятва.**
Не жалеть ни рук, ни ног, растрясти чуть-чуть жирок,
Чтоб быстрее черепахи бегать ты сегодня смог. **Клянёмся!**
Честь команды защищать и доверие оправдать.
Ну, а если проиграем, всё равно не унывать. **Клянёмся!**
Маме с папой помогать – где держать, а где толкать,
И соперникам подножку ни за что не подставлять. **Клянёмся!**
А болельщикам – сидеть и прилежно так болеть:
Топать, хлопать и свистеть, но не здорово шуметь. **Клянёмся!**

**Ведущий: (обращение к зрителям)**

Вы спокойно не сидите!
И команды поддержите!

**Ведущий:**

 Когда идёшь на штурм ты эстафеты,

Победа нам не очень-то видна.

Но всё равно дойдёте до победы,

Ни пуха вам, ребята, ни пера!

**Ведущий:**

Разминка очень важна для спортсменов, так как можно увидеть и сильные и слабые стороны противника.

**Ведущий:**

Если ноет ваша спинка
Выходите на разминку.
Три, четыре, пять и шесть.
Вот теперь ни встать, ни сесть.

**Ведущий:**

**Разминка**

Наша разминка имеет название- **«Семья на первом месте!»**

* Разминка заключается в том, что конкурсанты по очереди добегают до противоположной стороны зала, берут 1 лист с буквой и возвращаются обратно. Эстафета считается законченной, когда команда выстроилась, держа перед собой составленное слово«СЕМЬЯ»

**Ведущий:**

Ну а следующая игра

Требует от игрока

Ловкости, умения,

Большого вдохновения!

**Ведущий:**

Первые выступают наши славные папы. 1-й конкурс называется «Весёлый водитель». Посмотрим, как они умеют водить машину.

**1-я Эстафета** **«Папа водитель»**

**Инвентарь:** 3 скейта(по одному предмету на команду), 4 конуса на каждую команду.

* Лёжа на скейте нужно обогнуть все конусы змейкой и вернуться (по прямой) таким же путём в свою команду принеся ей победу.

**Ведущий:**

А теперь внимание!
Новое соревнование.
Испытание для мам –
Наших распрекрасных дам.
Крутятся по дому наши мамы целый день.
И крутиться им, поверьте, так – не лень.

**Ведущий:**

Эстафета для мам «А ну-ка догони!» Следом за папами выходят мамы.

**2- я Эстафета.** **«Мама водитель!»**

**Инвентарь:** 3 самоката(по одному предмету на команду), 9 сумок набитых бумагой(по 3 сумок на команду)

* На самокате мамы должны перевезти все сумки (3 шт) по одной в свою команду, не потеряв ни одной по дороге. Побеждает команда пришедшая первая.

**Ведущий:**

Бег бывает очень разный,
Но всегда такой прекрасный,
Быстрый, медленный и средний,
Бег с препятствием, барьерный,
И выигрывает тот,
Кто ни в чём не отстаёт.

**Ведущий:**

На старт вызываются Дети – это наша гордость, это наша слава! На переменах происходят постоянные тренировки на ловкость, отвагу, смелость, силу. Посмотрим, упорно ли тренировались наши дети. Они продемонстрируют нам свою ловкость и смекалку. Да поможет нам ежедневная зарядка!

 **3- я Эстафета. “Воздушный шар (куб)”**

**Инвентарь:** 3 воздушных шарика ( 3 кубика), 3 ракетки (по одному предмету на команду)

* У каждой команды по одному воздушному шарику (кубику) и ракетке. Подталкивая воздушный шарик (кубик) ракеткой, надо добежать до конуса, обогнуть его и вернуться к команде. Побеждает команда, показавшая лучшее время.

**Ведущий:**

Теперь в эстафете участвуют все члены семейной команд. Эта эстафета покажет нам, как дружно могут действовать папы и мамы. Эстафета называется «Своя ноша не тянет». Представим себе, что срочно нужно транспортировать детей на другой берег.

**4- я Эстафета. «папамамабиль»**

* Задача участников – на сцепленных руках перенести всех детей на другой берег . Это транспортное средство называется папамамабиль.

**Ведущий:**

В следующей эстафете участвуют мамы и дети.

**Ведущий.**

Пройти через болото может каждый!
Но как пройти, чтоб ног не замочить?
Весёлый смех, стремление к победе
Поможет вам и гарантирует успех!

**5- я Эстафета. «Болото»**

**Инвентарь:** 6 обручей (по 2 обруча на команду)

* Вам надо пройти через болото, не замочив ноги. Мама берёт два обруча. Кидает первый обруч переступает в него, за ней прыгает ребёнок. Затем мама кидает второй обруч, переступает в него, берёт первый обруч кидает его вперед и так далее. Выигрывает команда, затратившая меньше времени и не наступившая на землю. Участники доходят до отметки, назад возвращаются бегом и передают эстафету следующим. Побеждает команда, первой закончившая переправу.

**Ведущий:**

Кто сильнее всех на свете?
Кто быстрее всех на свете?
Кто к победе так стремится?
Здесь ответ один.
С папой вместе подходи,
В руки обруч ты возьми
И к победе приведи.

**6-я Эстафета “С папой вдвоём”**

**Инвентарь:** 3 обруча (по одному на команду)

* В конкурсе участвуют папы и дети. Папа держит в руках обруч. По сигналу папа начинает катить обруч к черте, а ребёнок проскакивает в него сбоку с одной и другой стороны. В обратно направлении участники меняются местами. Побеждает команда, большее число раз пробежавшая через обруч.

**Ведущий:**

А сейчас в конкурсе будут участвовать папы и мамы. Они уже доказали свою готовность к любым испытаниям. Их не страшат никакие трудности. Они докажут еще раз, что им любое дело по плечу. Давайте аплодисментами поддержим наших родителей.

**7-я Эстафета** Эстафета для пап и мам «Бег в штанах».

**Инвентарь:** 3 штанов (по одной паре на каждую команду)

* Первый участник «папа» должен влезть в одну брючину, добежать до контрольной стойки, обогнуть её и вернуться за «мамой». Мама, должна влезть в другую брючину, и в тандеме с папой добежать до контрольной стойки, обогнуть ее и вернуться в команду.

**Ведущий:**

И вновь на старте наши мамы. Они по-прежнему уверены в своих силах. Наши женщины всегда на высоте! Поддержим аплодисментами наших мам. Мы уверены в их победе.

**8-я Эстафета «Бег с книгой на голове».**

**Инвентарь:** 3 книги (по одной на каждую команду)

* Побеждает команда не потерявшая книгу.

**Ведущий:**

В этой эстафете принимают участие дети.

**Ведущий:**

Что за чудо - скок да скок!
Гляньте, тронулся мешок!
Эй, хватай его, ловите,
Поскорей мешок держите!

**9-я Эстафета «Кот в мешке».**

* Участники должны проскакать в мешке до кегли, передать эстафету впереди стоящему, обежать стойку и вернуться в команду. А помогать детям будут взрослые.

**Ведущий:**

Кто преграды не боится?

Кто к победе так стремится?

Кто сильнее всех на свете?

Кто быстрее всех на свете?

Мамы, папы и их дети!

**Ведущий:** Следующая эстафета называется «Веселый паровозик»

**10-я Эстафета «Эх! Прокачу»**

**Инвентарь:** 3 обруча (по одному на каждую команду)

* Команды выстраиваются в колонну по одному. По сигналу первый папа с обручем в виде руля, бежит до стойки, оббегает её и возвращается за мамой, мама, берет папу за талию и они вместе бегут туда и обратно за ребенком. Выигрывает команда прибежавшая первой.

**Ведущий:**

Самых смелых, самых сильных,
Всех подтянутых, красивых!
Приглашаем поиграть,
Свою силу показать!

**Ведущий:** В этой эстафете принимают участие папы. Выбирается один папа из команды.

**11- я Эстафета. Заключительная**

**Инвентарь:** 1 широкий пояс, 6 обручей пластмассовых, 6 мячей надувных.

* Заключается в том, что на всех трёх пап надевается «пояс», им в руки даётся гимнастическая палка, они тянуться в разные стороны пытаясь из обручей выбить надувные пляжные мячи.

**Заключительная часть.**

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

(*команды для подведения итогов праздника строятся в центре спортивного зала*)

**Ведущий:**

Пусть все это только игра,
Но ею сказать мы хотели:
Великое чудо – семья!
Храните ее, берегите ее!
Нет в жизни важнее цели!

**Ведущий:**

И вот подводим мы итоги,
Какие не были б они,
Пускай спортивные дороги
Здоровьем полнят ваши дни.

**Ведущий.** Пожалуй, пора дать слово жюри. Сейчас мы узнаем, какая команда сегодня стала самой лучшей, дружной и спортивной.
*(Жюри объявляет итоги соревнований. Вручаются грамоты и призы.)*

**Ведущий:**

Сегодня проигравших нет,
Есть просто лучшие из лучших.
Пусть в каждом сердце дружбы свет,
Зажжет поступков добрых лучик.

**Ведущий:**

Всем спасибо за внимание,
За задор и звонкий смех.
За огонь соревнования,
Обеспечивай успех.

**Ведущий:**

Вот настал момент прощанья,
Будет краткой наша речь.
Говорим всем – до свиданья,
До счастливых новых встреч!

**Ведущий:**

 Наш парад, друзья, окончен,

 Впереди работа ждет.
 Пусть с детьми союз наш прочен.
 Будет весь учебный год.