

Спортивный праздник "Мама, папа, я — спортивная семья"

[Разгоняева Лилия Филипповна,](#)

Где еще школьник почувствует себя раkreпощенным, свободным, независимым от постоянной тирании учителей-предметников, как не на соревнованиях после уроков?! Здесь не надо бояться, что тебя вызовут к доске и поставят плохую оценку. Здесь можно стать настоящим героем. Да, соревнования - это здорово!

Форма проведения: Соревнование.

Цели и задачи:

- воспитание патриотизма,
- укрепление здоровья,
- воспитание правильного отношения к здоровому образу жизни,
- содействие укреплению взаимоотношений в семье.

Оборудование: гимнастические скамейки, баскетбольные мячи, ракетки для бадминтона, воздушные шары, скакалки, теннисные ракетки и шарики, гимнастические палки.

СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК

«Мама, папа, я – спортивная семья»

Данный праздник мы приурочили ко «Дню защитника Отечества».

Перед началом праздника звучат мелодии военных лет, армейские песни (День Победы, Катюша, Синий платочек).

Спортивный зал соответственно оформлен. Команды состоят из папы, мамы и ребенка, можно папа и ребенок.

Для праздника обязателен ведущий - хороший комментатор, с громким голосом.

Ведущий: Дорогие друзья! Позвольте открыть наш закрытый чемпионат по- семейному троеборью « Мама, папа, я – спортивная семья». Сегодняшние состязания посвящены славному празднику – Дню защитника Отечества. У нас на празднике присутствуют участники локальных воин. Их стойкости и выдержке позавидует любой! Не всякий выдержит перегрузки традиционного мужского троеборья: футбол, вино и домино. Но они не сдаются. Вот они все перед нами – слегка бодрые, местами подтянутые, кое-где собранные, но не побежденные, и даже в чем-то непобедимые, а в чем именно – мы узнаем позже. А сейчас мы хотим поздравить наших смелых, отзывчивых мужчин, всегда готовых откликнуться на зов женщины, совести, Отечества и пожелать им в дальнейшем сохранять такую же боевую готовность к участию в школьных делах, которые только выигрывают от их участия!

А вот и мамы! Они всегда в форме. Дают о себе знать постоянные тренировки в женском троеборье: плита, бег по магазинам, стирка. И мы уверены, что сегодня именно они будут задавать тон своим командам в соревнованиях. Потому что известно, что семья держится на 3-х китах – Женщина, Женщина и еще раз Женщина! И, наконец, капитаны команд! Это они еще с пеленок долгие годы закаляли постоянными тренировками и объединяли своих родителей в дружную команду, ставя перед ней все новые задачи, постоянно повышая нагрузку. Но не зря говорят: тяжело в учении – легко в бою. Итак, объявляем команды! (каждая команда получает название по имени ребенка, капитана команды. При этом называется общий вес команды и ее суммарный рост.)

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

Конкурс первый: Первыми, как и принято в каждой семье, в бой выходит сильная половина, наши папы. Они сейчас вспомнят свою юность и любовь к массовой игре – баскетболу. Задача пап – пробежать по гимнастической скамейке, ведя баскетбольный мяч. Да, трудно нашим папам, надо удержать себя на скамейке и при этом не уронить мяч.

Конкурс второй: Следом за папами выходят мамы. Конкурс для мам – бег с подкидыванием ракеткой для бадминтона воздушного шарика. Он очень легкий, наивен и не понимает, что в руках хозяек, которые не упустят свой шанс. Поддержим их аплодисментами.

Конкурс третий: На старт вызываются наши капитаны. Дети – это наша гордость, это наша слава! На переменах происходят постоянные тренировки на ловкость, отвагу, смелость, силу. Посмотрим, упорно ли тренировались наши дети. Наши капитаны продемонстрируют бег на четвереньках, ведя мяч головой. Да поможет нам ежедневная зарядка, которую мы делаем перед уроками, да помогут нам наши прыжки, наклоны, приседания. Учителя на уроках не раз говорили: как важно работать не только руками, но и головой.

Следующий конкурс покажет нам, как в связке могут действовать мама и папа. Конкурс называется «Бег на трех ногах» (Правая нога папы и левая нога мамы связаны). Да, жизнь нас научила бегать не только на двух ногах, но и, когда нужно, на трех.

А сейчас в конкурсе участвуют все члены команды. Конкурс называется «Транспортировка ребенка». Представим себе, что вся семья пошла в многодневный поход. На пути следования ребенок подвернул ногу. Ему необходима передышка. Задача участников – на сцепленных руках перенести его на определенное расстояние и вернуть на место. Это транспортное средство называется папамамабиль.

И вновь на старте наши папы. Они бегут, подкидывая теннисной ракеткой шарик. Посмотрим, кто окажется лучшим жонглером и бегуном одновременно. Вы думаете, это простое задание? Нет! Это очень трудно! Но наших участников трудности не страшат.

А сейчас мы вызываем на старт наших мам. Они должны пробежать с гимнастической палкой, перешагивая ее. Им придется делать невероятное. При резком наклоне, изогнувшись, перешагнуть и вновь бежать. Это бег с препятствиями. Все как в жизни! У нас идет упорная борьба! Все участники показывают просто профессионализм в этом виде состязаний.

И вновь на старте наши капитаны. Они должны вести мяч по полу, при этом делать кувырок, и вновь не упуская мяча, вести его до цели.

Да, борьба обостряется! Чтобы выиграть, ребятам приходится вертеться как белка в колесе. Но что делать! Хочешь победить – вертись!

Мы видели умение пап и мам действовать в связке, а теперь посмотрим, как они действуют в семейном споре. Конкурс называется «Тяни – толкай». Папа и мама встают спиной друг к другу, берут себя под руки и таким образом двигаются к финишу. Тяни-толкай команды Вырвалась вперед и не собирается уступать лидерство. Видно, в семье сильна взаимовыручка.

И наконец, наш последний конкурс. Он для всей команды. Игра в волейбол воздушным шариком всей командой. Задача – как можно быстрее дойти до финиша, не уронив шарика.

Ведущий: Мы подошли с вами к финишу. Для объявления результатов команды выстраиваются следующим образом: впереди ребенок, за ним мама и папа. Судьи объявляют результаты, вручают грамоты и медали. Под звуки спортивного марша все команды торжественно проходят по залу, а зрители их приветствуют.