

Вечір родинного відпочинку

Спортивне свято "Тато, мама, я - спортивна сім'я"

Тема: Тато, мама і я - спортивна сім'я.

Мета: формувати стійкий інтерес до фізичної культури, сприяти залученню сімей до систематичних занять спортом; розвивати рухові якості під час проведення естафет; виховувати силу волі, витривалість, почуття дружби, взаємо виручки, любов і повагу до членів родини.

Місце проведення: спортивний зал

Спортивний інвентар, обладнання: 2 обручі, м'ячі, 2 дерев'яні ложки та 20 вареників із пластиліна, 2 відра, 8 картоплин, м'ячиками, мішки

Зал святково прикрашений. В центрі емблема із олімпійських кілець - 5 обручів різного кольору, плакати з написами: «Здорова родина – здорова країна» "Тато, мама і я - спортивна сім'я"

Зал поділений на 2 команди емблемами: зліва - „Патріоти”, справа - „Козачата”. Учасники і вболівальники відповідно до своєї емблеми займають свої місця. Вчитель розпочинає свято.

Вчитель.

Шановні батьки! Сьогодні ми вирішили відвернути вашу увагу від буденної круговерті повсякденного життя і запросити на вечір відпочинку, який ми назвали „Тато, мама і я - спортивна сім'я”. Слово нашим дітям. *(Виходить 2 учасники змагань).*

1 учень. Увага, увага! Шановні друзі.

У залі сьогодні відбудеться свято.
Воно не просте, а цікаве і дивне,
Це свято у залі, гості спортивне.

2 учень. Ми веселі і завзяті,
Всі дівчатка і хлоп'ятка.
Любим спорт у дружнім крузі,
І пора вже починати
Наше свято, друзі.

3 учень Здорові діти - нація здорова.
Багата Україна і чудова.
Ото ж бо, діти, ви здоровими ростіть
В майбутнє добрими й щасливим ідіть.

4 учень Якщо хочеш бути здоровим – не барись,
До сусідів і до друзів усміхнись.
Стане в світі краще жити,
І розквітнуть дружби квіти,
До сусідів і до друзів усміхнись.

5 учень Хай це спортивнеє свято в нашім залі
Ще більше здружить і зріднить усіх
Бо у житті щаслива та Людина
Яка спортивна, добра і смілива.

Татусі. Їх стійкості та витримці позаздрять усі! Не кожен витримає перевантаження традиційного чоловічого багатоборства: футбол, диван, кіно та доміно. Але вони не здаються. Ось вони перед нами – злегка жваві, місцями підтягнуті, де-не-де зібрані, але непереможні. Ми аплодуємо нашим сміливим, відважним чоловікам, які завжди готові відгукнутися на поклик жінки, совісті, Вітчизни і побажати їм у майбутньому зберігати таку ж готовність до участі у шкільних справах.

Матусі. А ось і мами!!! Завжди у формі. Дають про себе знати постійні тренування у жіночому багатоборстві: плита, біг по крамницях, прання, прасування. І ми впевненні, що сьогодні саме вони будуть надавати натхнення своїм командам. Тому, що відомо, що родина тримається н трьох китах – Жінка, Жінка і ще раз Жінка!!!

Діти. І, нарешті, діти. Саме вони ще з пелюшок довгі роки загартовували тренуваннями і об'єднували у дружню команду, ставлячи перед нею нові цілі та завдання, постійно ускладнюючи навантаження. Але не дарма кажуть: Важко у навчанні – легко у бою.

Вчитель.

Для проведення нашого спортивного свята хочу вам представити членів журі:

1. Шевченко В.Д.- директор ЗОШ №55.

2. Чертова Ю.Г.,- заступник директора з НВР.
3. Мосейко Т.О., - вчитель фізичного виховання.

Привітання команд

Наші команди уже сформовані. А тепер увага, перш ніж змагатись, ви повинні привітатись.

Капітан 1 команди „Патріоти”.

Команда „Патріоти”, рівняйся, струнко!

Наш девіз: «Уперед до перемоги через усі перешкоди»

Команді навпроти фізкультпривіт!

Капітан 2 команди „Козачата”.

Команда „Козачата”, рівняйся, струнко!

Наш девіз:«Тільки вперед, ні кроку назад!»

Команді навпроти фізкультпривіт!

Вчитель.

Дякуємо командам. Всі ви побачили, що свято наше не просто спортивне, а ще сімейне та патріотичне. Ну, що ж, розпочинаємо наше свято! Кожні змагання мають свою традицію: всі спортивні змагання розпочинаються із розминки. Розпочнемо і ми з розминки.

Розминка для учнів. «Солнышко лучистое»

6 учень Здорові сім'ї – це-чудово,
Здорові сім'ї – вищий клас,
До всіх учасників це слово,
Прийміть низький уклін від нас!

7 учень. А тепер почнем змагання.
Найскладніші всі завдання.
Чого команди наші варті
Покажуть нам веселі старти

8 учень Спортивнеє свято в цьому залі.
Лунає скрізь веселий сміх.
Той стане переможцем у фіналі,
Хто найсильніший від усіх.

Вчитель Переходимо до наступного етапу наших змагань, щоб
З'ясувати, хто спритніший,
Хто тут дужчий, сміливіший,
Хто на вигадку вправніший,
В естафеті найскоріший.

Естафети

Змагаються команди учнів.

1. естафета «Садіння і збір картоплі». (грає вся команда)

Команди шикуються в колону по одному перед стартовою лінією. Капітан команди тримає в руках відро з десятьма картоплинами. На відстані пів метра від стартової до фінішної лінії, розкладені по 4 обручі. За сигналом капітани біжать до обручів і кладуть в кожний картоплину(таким чином садячи її), після цього повертаються і передають пусте відро наступному гравцю, котрий взявши його біжить збирати картоплю.

Перемагає та команда, яка першою впоралась з садінням і збором картоплі .

2. естафета - „Передача м'яча ” (грає вся команда) назад м'яч

передається між ногами, вперед – над головою - (враховується швидкість).

3. естафета - „Кенгуру”(грають діти) - (стрибки із затиснутим між колінами м'ячем).

Вчитель. А зараз команди сідають на лави відпочивати. І пропонується наступне завдання

4. «Кращий знавець прислів'їв про спорт та здоров'я»

Гравці команд по черзі називають прислів'я. Одне прислів'я – 1 бал.

Без здоров'я нема щастя.

Бережи одежу знову, а здоров'я змолоду.

Було б здоров'я — все інше наживем.

В здоровому тілі — здоровий дух.

Весела думка — половина здоров'я.

Веселий сміх — здоров'я.

Держи голову в холоді, ноги в теплі, проживеш довгий вік на землі.

Здоровому все здорово.

Здоров'я — краще багатства.

Здоров'я маємо — не дбаємо, а стративши — плачем.

Здоров'я в чистоті міцніє.

Здоров'я всьому голова.

Здоров'я приходить днями, а виходить годинами.

Найбільше багатство — здоров'я.

Той здоров'я не цінить, хто хворим не був.

Як нема сили, то й світ не милий.

Рухайся більше — проживеш більше. Ніхто не потурбується за тебе краще, ніж ти сам.

Здоров'я в порядку — дякуй зарядці.

Як дитина бігає і грається, так і їй здоров'я усміхається

Хто спортом займається, той сили набирається.

Холоду не бійся, сам по пояс мийся.

Хто любить спорт, той здоровий і бадьорий.

І кмітливість потрібна, і загартування важливе.

У здоровому тілі здоровий дух.

5. естафета «Весела кулька» (гра для дорослих)

Дорослі за сигналом надувають кульку, біжать до фінішу, лопають кульку і вертаються назад, передаючи естафету.

6. естафета ”Футболісти” (грають тата і хлопці)

Команди шикуються в колону по одному. По команді, направляючий веде м'яч ногою, обводячи стійки, повертається назад і передає м'яч наступному учаснику команди і т. д.

Перемагає та команда, яка швидше і без штрафних очок впоралась з завданням.

7. естафета «Наші дівчата господині» (грають мами і дівчата)

На старті стоїть миска з варениками. На фініші – пуста каструля. За сигналом учасниця бере в ложку один вареник і несе до фінішу. Назад вертається бігом, передає ложку наступному гравцю. Так, доки всі вареники не опиняться в каструлі.

Вчитель. Настав час для нашого інтелектуального змагання. Адже українці не тільки швидкі та спритні, а ще й розумні. І ми в цьому зараз переконаємося.

8. «Спортивна вікторина»

Питання задається кожній команді по черзі. Якщо команда не знає відповіді, то слово надається іншій. Одна відповідь – 1 бал.

- Який м'яч найважчий і найлегший ? (Набивний і тенісний)
- Скільки гравців у футбольній команді? (11)
- Скільки гравців у волейбольній команді? (6)
- Скільки білих фігур у шахах? (16)

- Як часто проводять Олімпійські Ігри? (Один раз в 4 роки)
- Під час якої гри вболівальники кричать «Оле -оле -оле»? (Футбол)
- Під час якої гри вболівальники кричать «Шайбу-шайбу»? (Хокей)
- В якому виді спорту вдягають рукавиці? (Бокс)
- Назвіть зимові види спорту. (Лижні гонки, біатлон, хокей, бобслей, фігурне катання)
- Назвіть літні види спорту. (плавання, гімнастика, велогонки, футбол, баскетбол, пляжний волейбол тощо)
- Назвіть ігри, в яких грають в м'яч. (Водне поло, мотобол, волейбол, баскетбол, футбол, хокей на траві, теніс тощо)
- Хто такий Віталій Кличко? (Олімпійський чемпіон по боксу)
- Хто такий Андрій Шевченко? (Видатний футболіст сучасності)
- Хто така Яна Клочкова? (Олімпійська чемпіонка з плавання)
- Хто такий Міхаель Шумахер? (Гонщик, переможець «Формули-1»)

Вчитель: А матусі наші гарні
На скакалках пострибають,
Подивіться всі уважно,
Яку спритність вони мають.

9. «Стрибки на скакалці» (Хто довше прострибає, той переміг)

Вчитель. Ось настав чудовий час
Татусів ждемо до нас.
Подивіться залюбки,
Чи справжні патріоти й козаки!

10. «Набивання м'яча ногою» (Хто більше наб'є)

11. «Швидка родина»

Кожний гравець біжить до лінії старту, вертаючись бере наступного гравця і вже разом біжать до фінішу.... Так, поки всі не зберуться на лінії старту.

Слово учнів

1 учень Здорові сім'ї – це-чудово,
Здорові сім'ї – вищий клас,
До всіх учасників це слово,
Прийміть низький уклін від нас!

2 учень Живіть щасливо і багато
Любов до спорту бережіть,
Хай кожний день ваш буде святом,
Життям упевнено ідіть.

3 учень Нехай не буде суперечок
Серед вас ніколи
Нехай спорт вас об'єднає
В вашій рідній школі.

Вчитель.

Для підведення підсумків естафет, визначення і нагородження переможців слово надається журі (*нагороджуються грамотами, призами*).

Вчитель.

А коли вже час закінчувати свято, ми
вдячні всім хто з нами тут на святі був,
Бажаєм щастя й радості багато,
І у ваших сім`ях був завжди мир, спокій і злагода.
До нових зустрічей! До побачення!