***Спортивное мероприятие в начальной школе***

***«Папа, мама, я – спортивная семья».***

***Цель***: вовлечение обучающихся и их родителей к занятиям физической культурой и спортом с целью укрепления здоровья.

***Задачи:***

* формирование навыков здорового образа жизни;
* развитие личности ребенка на основе овладения физической культурой;
* воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

***Инвентарь****: обручи (2 шт.), теннисные мячи и шарики (по 10 шт.), спортивные скамейки, воздушные шарики (50 шт), скакалки (2 шт), фитбол (2 шт), свисток.*

***Оборудование***: музыкальные записи на спортивную тему, плакаты, воздушные шары для украшения зала.

***Ход мероприятия.***

*Чтоб расти и закаляться*

*Не по дням, а по часам,*

*Физкультурой заниматься,*

*Заниматься нужно нам!*

- Здравствуйте, дорогие ребята! Очень приятно видеть вас сегодня в нашем спортивном зале. Мы начинаем самую веселую из всех спортивных и самую спортивную из всех веселых игр, – «Папа, мама, я – спортивная семья» и наш спортивный зал превращается в веселый стадион. Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте.

*1 ученик.*

*Если хочешь стать умелым,*

*Сильным, ловким, смелым*

*Научись любить скакалки*

*Обручи и палки.*

*Никогда не унывай,*

*В цель мячами попадай*

*Вот здоровья в чем секрет-*

*Всем друзьям – физкульт - привет!*

*2 ученик.*

*Спорт, ребята, очень нужен,*

*Мы со спортом очень дружим.*

*Спорт – помощник!*

*Спорт – здоровье!*

*Спорт – игра!*

*Физкульт-ура!*

*3 ученик.*

*В мире нет рецепта лучше*

*Будь со спортом неразлучен,*

*Проживешь 100 лет –*

*Вот и весь секрет!*

*4 ученик.*

*Мы праздник дружбы, спорта открываем.*

*Спортивный праздник закипит сейчас!*

*Мы спортом дух и тело развиваем,*

*Он наполнит силой каждого из нас!*

*5 ученик*

*По плечу победа смелым.*

*Ждет того большой успех,*

*Кто, не дрогнув, если нужно*

*Вступит в бой один за всех.*

*6 ученик*

*На спортивную площадку*

*Приглашаем мы всех вас!*

*Праздник спорта и здоровья*

 *Начинаем мы сейчас!*

- Сегодня мы рады приветствовать дружные команды. В соревнованиях примут участие 2 команды третьеклассников и их родителей.

***Представление команд***

 1 команда: «Черепашки», девиз: «Тише едешь - дальше будешь».

2 команда: «Молния», девиз «Мы, как молния сверкнём. Победим, призы возьмём»

***Представление жюри.***

- Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить команды будут (представление членов жюри).

*Пусть жюри весь ход сраженья
Без промашки проследит.
Кто окажется дружнее.
Тот в бою и победит.*

- Итак, с командами познакомились – пора начинать соревнование!

***1 конкурс – эстафета «Догони-ка».***

*Инвентарь: 2 скакалки, 2 поворотные стойки на каждую команду.*

  По сигналу судьи игроки поочерёдно перепрыгивают через препятствие, пробегают сквозь обруч, добегают до отметки, там выполняют 5 прыжков на скакалке, возвращаются и передают эстафету следующему, и т.д. Выигрывает команда, которая быстрей закончит эстафету.

***2 конкурс – эстафета «Паучок».***

По команде игроки принимают и.п. - стойка на ладонях и ногах, удерживая мяч между животом и ногами - начинают передвижение, как «паучки» (до отметки, а обратно бегом), передавая эстафету друг другу. Побеждает команда, которая быстрей закончит эстафету.

***3 конкурс - «Посадка картофеля»***

*Инвентарь: 4 колечка и 4 мелких предмета.*

Участвуют все члены команды. Задача первого участника «посадить картофель» в лунку (колечко) и передать бегом эстафету, следующий собирает урожай и т.д. Выигрывает команда, которая быстрей закончит эстафету.

***4 конкурс «Скачки»***

Участвуют все члены команды. Первый член команды садится на фитбол, «скачет» до отметки, оставляет его там и бегом передаёт эстафету. Следующий участник добегает до отметки, садится на фитбол и «скачет» передавать эстафету и т.д.

***5 конкурс-эстафета «Догони и прокати»***

Команды стоят в исходном положении ноги врозь. По команде 1-й бежит до ориентира с мячом в руках, обегает ориентир, бежит назад в конец колонны и оттуда прокатывает мяч под ногами команды. Впереди стоящий берет мяч и продолжает бег.

***6 конкурс для капитанов «В яблочко»»***

  Капитаны стоят на линии с корзиной в руках (ограничение в передвижении). На расстоянии 7м стоят по 3 участника команд. Они выполняют 2 броска в корзину двумя способами: из-за головы лицом вперёд и спиной вперёд. Выигрывает та команда, у которой будет больше попаданий.

***7 конкурс «Дружба»***

Взявшись за руки и удерживая между ними фитбол, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре

***8 конкурс – «Урожай».***

*Инвентарь: по 10 теннисных мячей и шариков*

На одинаковом расстоянии друг от друга по длине всей дистанции в одну линию расположены мячи и шарики. Первый участник добегает до первого предмета, берёт его и передает второму участнику. Этот участник добегает до второго предмета берёт его, возвращается и передаёт все предметы следующему участнику и т.д. Побеждает команда, первая закончившая эстафету.

***9 конкурс «Шарикобол»***

*Инвентарь: 50 воздушных шариков*

Все участники команды выходят на поле, которое разделено сеткой на высоте 1 м. Каждая команда перекидывает шарики на сторону соперников. Побеждает та команда, на поле которой будет меньше шариков после финального свитка.

***Подведение итогов.***

- Предоставляем слово жюри, которое подведет итог наших соревнований.

*Вручение грамот и утешительных призов.*

- Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций!

*Провели мы состязанья и желаем на прощанье*

*Всем здоровье укреплять мышцы крепче накачать.*

*Всем ребятам мы желаем не стареть и не болеть*

*Больше спортом заниматься и в учёбе не отстать!*