

Спортивный праздник «Семейная олимпиада»

МБОУ СОШ № 67 г.Брянска



Составитель: Алдушина Т.В., учитель
физической культуры
МБОУ СОШ № 67 г. Брянска

Цели:

1. Привлечение родителей к сотрудничеству по сохранению и укреплению здоровья детей.
2. Повышение интереса взрослых и детей к физкультуре и спорту.
3. Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

- 1. Укреплять здоровье детей.
 - 2. Развивать у детей: скоростных, координационных способностей, выносливости.
 - 3. Воспитывать у детей настойчивости, упорства, чувства товарищества и умения побеждать и проигрывать.
-

Участники соревнований: В соревнованиях принимают участие учащиеся 5-х классов и их родители, имеющих доступ врача к занятиям физической культуры.

- **Сроки проведения:** 21 января 2018г.
- **Место проведения:** спортивный зал №1 МБОУ СОШ № 67 г.Брянска



Организаторы соревнований:

Аникеева Н.В.-зам.директора по ВР,

Алдушина Т.В.- учитель физкультуры, старшеклассники.

Гости соревнований:

- Куркина Л.Н.-олимпийская чемпионка по лыжным гонкам



Программа соревнования

- 1. Открытие
 - 2. Разминка для команд родителей (3 эстафеты)
 - 3. Спортивные эстафеты для команд учащихся.
 - 4. Соревнование для родителей «Защита семейного очага».
 - 5. Заключительная эстафета с учащимися
 - 6. Закрытие, награждение.
-

Открытие праздника

- Приветственное слово участникам соревнований олимпийской чемпионки, Ларисы Николаевны Куркиной.



- Выступление гимнастки, Королёвой Алины 5б класс.



Разминка для родителей (эстафеты)

Эстафета №1 «Пронеси - не урони!»

Инвентарь: 3 фишки.

Содержание	Правила	ОМУ
Родители сцепляют руки, ребёнок садится, обхватывает родителей за шею. Переносят ребёнка бегом до фишки и обратно.	Побеждает команда, первой закончившая эстафету.	Бежать по прямой, поднимая ноги.



Эстафета №2 «Переправа»

Инвентарь: 6 обручей, 3 фишки.



Содержание	Правила	ОМУ
Мама кладёт перед ребёнком обруч, ребёнок прыгает в него, мама кладёт рядом другой и так до конуса, обратно, взявшись за руки бегут бегом. Тоже с папой.	Побеждает команда, первой закончившая эстафету.	Ребёнок должен запрыгнуть любым способом в обруч, мама и папа кладут обручи рядом.

Эстафета №3 «Полоса препятствий»

Инвентарь: 3 обруча, 3 фишки, 3 резиновых мяча.

Содержание	Правила	ОМУ
Прыжки с мячом между ног до обруча, обручем вести мяч до фишки и обратно, положить обруч на фишку и бег с мячом, мяч передать следующему.	Побеждает команда, первой правильно закончившая эстафету.	При прыжках мяч можно придерживать руками, обручем вести впереди мяч.



Состязания для команд учащихся

Эстафета №1 «Хоккей с мячом»

Инвентарь: 3 клюшки, 3
фишки, 3 резиновых мяча.



Содержание	Правила	ОМУ
Ведение клюшкой мяч змейкой до фишки, обратно бегом, передаёт клюшку и мяч следующему	Побеждает команда, которая первая правильно закончила эстафету.	При ведении клюшкой мяча необходим о обходить фишки «восьмёркой», не сбивая их.

Состязания для команд учащихся

Эстафета №2 «Положи и собери снежки»

Инвентарь: 3 фишки, 6 обручей, 12 теннисных мячей.



Содержание	Правила	ОМУ
Участник бежит, раскладывает по 2 мячика в обручи до фишки, обратно бегом, передавая очередь рукой. Другой бежит собирает снежки, обегает фишку и передаёт следующему.	Побеждает команда, которая первая правильно закончила эстафету.	Участник должен так положить мячики в обруч, чтобы они не выкатывались из него.

Состязания для команд учащихся

Эстафета №3 «Перекаати снежок»

Инвентарь: 3 фитбола, 3 фишки.



Содержание	Правила	ОМУ
Каждый участник катит фитбол до фишки и обратно.	Побеждает команда, которая первой правильно закончила эстафету.	Вести фитбол необходимо впереди себя безотрывно рукой.

Состязания для команд учащихся

Эстафета №4 «Перекасти снежок»

Инвентарь: 3 фитбола, 3 фишки.



Содержание	Правила	ОМУ
Каждый участник сверху передает фитбол, последний с мячом бежит вперед. Итак, до капитанов.	Побеждает команда, которая первой правильно закончила эстафету.	Передавать фитбол необходимо каждому участнику. Перебрасывать мяч нельзя.

Семейный конкурс «Защита семейного очага»



Содержание	Правила	ОМУ
Каждая из команд должна защитить фишки в кругу за максимальное время.	2 другие команды стараются как можно быстрее сбить мячом все фишки.	Сбитые фишки поднимать нельзя и выходить за круг тоже. Сбивать же фишки можно только мячом.

Финальная эстафета

для команд



Содержание	Правила	ОМУ
Каждый участник бежит с маркером в руке к стене и рисует по одной букве из слова «ОЛИМПИАДА» и обратно тоже бежит, передавая маркер.	Побеждает команда, которая первой закончила эстафету и правильно написала это слово.	Можно писать только по одной букве.

Подведение итогов, награждение команд



Итоговая таблица соревнований

классы	ЭСТАФЕТЫ					Кол-во очков	Итоговое место
	1	2	3	4	5 (финальная)		
5 «А»	1	1	2	1	1	6	I
5 «Б»	3	2	1	3	2	11	II
5 «В»	2	3	4	2	4	15	III
Семья 5а	1	3	2	----	----	6	II
Семья 5б	2	2	1	----	----	5	I
Семья 5в	3	1	2	----	----	6	II

Команды победителей и призёров соревнований



Команда
5 «А»
класса



Команда
5 «Б»
класса

Команда
5 «В»
класса

