

# 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.**



<b>Содержание</b>	<b>Правила</b>	<b>ОМУ</b>
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 запрыгивать 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.



<b>Содержание</b>	<b>Правила</b>	<b>ОМУ</b>
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.



<b>Содержание</b>	<b>Правила</b>	<b>ОМУ</b>
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.



<b>Содержание</b>	<b>Правила</b>	<b>ОМУ</b>
Каждый участник сверху передает фитбол, последний с мячом бежит вперёд. 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



<b>Содержание</b>	<b>Правила</b>	<b>ОМУ</b>
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

