Спортивные соревнования для родителей и детей

«Сильные. Смелые. Ловкие. Умелые!»

Цель:

Создание положительного эмоционального комфорта у детей и взрослых в процессе общения друг с другом. Повышение педагогической культуры родителей по вопросам здорового образа жизни.

Задачи:

1.Организовать совместное досуговое мероприятие для повышения знаний родителей по вопросам здоровьесбережения и формирования у них ответственного отношения к здоровью детей и собственному здоровью.

2. Развивать способность детей творчески использовать их двигательный опыт в практических ситуациях. Способствовать укреплению у детей чувства гордости за свою семью, уважение и любовь к ее членам.

3.Воспитывать участие, отзывчивость и сотрудничество. Способствовать стремлению и желанию каждой семьи восстанавливать и поддерживать здоровье с помощью здоровьесберегающих технологий. Распространить среди родительской общественности наилучший семейный опыт здорового образа жизни.

4. Привлечь внимание родителей к проблеме ценности здорового образа жизни детей

Участники: родители и учащиеся.

Ход мероприятия

Ведущий: Добрый день уважаемые участники и болельщики наших соревнованиях! Мы рады приветствовать вас, на наших соревнованиях «Сильные. Смелые. Ловкие. Умелые!»

Разрешите представить вам членов нашего жюри:

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Сегодня мы проводим наши соревнования для самых спортивных, дружных и жизнерадостных людей. И это конечно же наши уважаемые родители и их веселые, озорные, иногда непослушные, но такие любимые дети. И первая наша команда, это …

1. Команда семьи \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(Приветствие, фото на память)
2. Команда семьи \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Приветствие, фото на память)
3. Команда семьи \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(Приветствие, фото на память)

Прежде чем начать наши соревнования, мы должны как следует размяться. И так команды готовы? (Да)

( Под ритмичную музыку проводится флешмоб)

Молодцы!

И так болельщики громко болеют за свои команды. Сейчас мы это проверим (игра с болельщиками: покричали, потопали ногами, похлопали руками, посвистели) Молодцы!

Господа судьи, строго следите за правильным выполнением заданий участников соревнований

1. И наше первое задание называется «Попрыгунчики»

Ваша задача:

Сесть на фитбол и допрыгать до линии финиша. Возвращаетесь назад катя впереди себя мяч. Передаете мяч следующему игроку.

Команды готовы (Да)

 HA CTAPT, ВНИМАНИЕ, МАРШ!!!

Следующее задание, тоже из серии «Попрыгунчики», но теперь вы соревнуетесь прыгая через скакалку.

1. «Попрыгунчики 2»

Задача: прыгая через скакалку, добежать до линии финиша и обратно.

 Задание выполняется поочередно.

1. «БРОСАЙ-КАТИ»

Задание:

Ребенок бросает взрослому фитбол, взрослый ловит его и перекатывает ребенку. Ребенок как можно дальше должен бросить мяч от линии старта, даётся 3 попытки. Побеждает та команда, которая ближе будет находиться к линии финиша.

1. «Сильное плечо»

Каждой команде, выдаётся по бочонку. Ребенок встаёт на бочонок, взрослый поддерживает его.

Задача: дойти на бочонке до линии финиша, назад вернуться бегом.

Ведущий: Команды стройся!

(Пока жюри совещается, дети читают стих)

Здоровые ДЕТИ!

Здоровой СЕМЬЕ!

Здоровые СЕМЬИ!

Здоровой СТРАНЕ!

Здоровые СТРАНЫ!

ПЛАНЕТА ЗДОРОВА!

ЗДОРОВЬЕ КАКОЕ ПРЕКРАСНОЕ СЛОВО!!!

Награждение команд.

Поздравляем участников наших соревнований, желаем вам здоровья

семейного благополучия, и мирного неба над головой!

(Фото участников соревнования на память)