

Спортивно-оздоровительное мероприятие "Моя мама лучше всех" (веселые старты к 8 марта)

Место проведения: спорт зал.

Цель: Содействие духовному и культурному развитию детей и молодежи. Популяризация семейных и школьных традиций.

Задачи:

- Возрождение семейных и школьных традиций.
- Формирование у учащихся осознанного отношения к ценностям российской культуры.
- Расширить знания о Физической Культуре, о спортивных традициях и обычаях в России.
- Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся.

Оформление зала:

- Надувные, разноцветные шары.
- Плакаты.

Инвентарь:

- 3 оранжевые фишки;
- 12 маленьких фишек;
- 3 хоккейных клюшки;
- 3 мяча;
- 3 баскетбольных мяча;
- 9 обручей;
- 3 стула;
- 3 ложки;
- 3 йогурта;
- 3 повязки на глаза;
- бревно;
- стойка для прыжков в высоту;
- 2 скамейки;
- секундомер;
- 3 мягких стойки; мат;
- свисток;
- 3 листа с 25 вопросами;
- 3 сарафана;
- 3 платка;
- 3 сумки;
- 3 короны.

Форма соревнующихся: спортивные штаны или шорты, футболки (красные, белые, синие) для каждой команды свой цвет, спортивная обувь.

Участники: учащиеся 5-х классов их мамы и бабушки (4 x 4).

Ведущий: ученик, учитель.

Жюри: 2 ученика, 2 учителя.

Помощники жюри: 4 ученика.

Ответственный за музыкальное сопровождение: ученик.

Ход праздника

Играет музыка (известных мультиков и фильмов).

Ведущая: приветствует собравшихся в нашем зале гостей и участников. Поздравляет всех МАМ с праздником!

Знакомит зал и жюри с членами команд 5 "А, Б" класса (Ф.И.О участников команд).
Название команд и приветствие команд.

Знакомит зал и команды с членами жюри и помощниками (Ф.И.О. и класс).

Ведущий читает стих и начинает объяснять первую эстафету. Помощники жюри показывают.

1. "Хокко-футбол".

На протяжении всей дистанции на расстоянии два метра друг от друга стоят малые фишки, в конце дистанции оранжевая фишка. По сигналу учащиеся с хоккейной клюшкой в руках и футбольным мячом (на полу), обводят малые фишки и оранжевую в конце дистанции, и обратно по прямой возвращаются, передают эстафету следующему участнику. Вся команда должна пройти эстафету.

Баллы: 1 место - 5б; 2 место - 4б; 3 место - 3б.

Штрафные очки: грубая ошибка - 1б; три мелких ошибки - 1б; плохая дисциплина - 1б.

Ведущая: подводит итог конкурса и объясняет следующую эстафету. Помощники показывают эстафету.

2. "Двое в лодке".

Эстафета выполняется парами: мама- дочка. Учащиеся становятся лицом друг к другу и берутся за руки (лодочка) держа баскетбольный мяч между собой. По сигналу приставным шагом правым (левым) боком пара продвигается прямо (10м.) до обруча. Оставляют мяч, пролазают через обруч. Добегают и оббегают оранжевую фишку (держась за руки), возвращаются к обручу, пролезают через него, берут мяч и таким же образом возвращаются обратно и передают эстафету.

Баллы: 1 место - 5б; 2 место - 4б; 3 место - 3б.

Штрафные очки: грубая ошибка - 1б; три мелких ошибки - 1б; плохая дисциплина - 1б.

Жюри: подводят промежуточные результаты (баллы, плюсы и минусы пройденных эстафет).

Ведущая: Проводит конкурс со зрителями "Вопрос-загадка". Готовит участников к интеллектуальному заданию.

Болельщики читают стихи для милых мам.

3. "Викторина".

Ответить на 25 вопросов за 7 мин.

Подсчитываются правильные ответы.

Баллы: Правильный ответ - 1б.

Результаты сдают в жюри и подсчитываются правильные ответы.

4. "Василиса Прекрасная".

3																			
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

№ п\п	Название команды	Зрители.	Кол-во баллов (эстафеты)	Общий итог.	Место
1					
2					
3					

ВИКТОРИНА

1. Назовите средства закаливания?
2. Перечислите способы прыжка в высоту.
3. Назовите только женский гимнастический снаряд.
4. Перечислите спортивные игры.
5. Как называется вид легкой атлетики, включающий в себя несколько легкоатлетических видов.
6. Сколько игроков в командах по волейболу?
7. Какое самое высокое спортивное звание?
8. Назовите фигуры в шахматах.
9. Какому спортсмену на соревнованиях приходится вязать узлы?
10. Какой результат может быть в игре?
11. Какой спортивный снаряд метают?
12. Как часто проводятся Олимпийские игры?
13. Без чего судья не может выйти на поле?
14. Как называется строй, в котором, занимающиеся стоят плечом к плечу?
15. Как называют бегуна на короткие дистанции?
16. Какой инвентарь необходим для игры в бадминтон?
17. Как называют человека, лазающего по скалам?
18. Сколько фигур играет в шахматы с одной стороны?
19. В какой игре пользуются самым тяжелым мячом?
20. Как называется расстояние между стоящими в колонне?
21. Где проводились первые Олимпийские игры в России?
22. Участвовали ли женщины в древних Олимпийских играх?
23. Назовите девиз Олимпийских игр.
24. За применение каких средств на соревнованиях дисквалифицируются спортсмены?
25. Что определяют по компасу?