

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №30 имени Героя Советского Союза Александра Александровича Сереброва  
пгт.Новомихайловский МО Туапсинский район

*Методическая разработка  
внеклассного мероприятия*

***« Спорт живёт в нашей  
семье, мы с ним счастливы  
вдвойне! »***

Подготовила и провела:  
учитель начальных классов  
Кудашева Светлана Юрьевна

Рецензент:  
Заместитель директора  
по учебно-производственной  
работе государственного  
бюджетного профессионального  
образовательного учреждения  
Краснодарского края  
«Туапсинский социально-  
педагогический колледж»,  
Почётный работник  
СПО Российской Федерации  
Бачурина Елена Вячеславовна

Внеклассное мероприятие направлено на создание на уровне классного коллектива школы воспитательного пространства, содействующего формированию здорового образа жизни.

Основная идея праздника – создание условий для приобретения обучающимися позитивного социокультурного опыта проведения досуга, ценностного отношения к своему здоровью, что является необходимым условием для успешного профессионального и жизненного самоопределения личности.

Мероприятие позволяет объединить в процессе игры детей и родителей, создать условия для их творческого взаимодействия, наглядно продемонстрировать позитивный эффект совместного проведения активного досуга.

Представленный сценарий будет интересен заместителям директоров по воспитательной работе, педагогам-организаторам, классным руководителям

## Содержание

1.	Пояснительная записка .....	3
2.	Сценарий.....	4
3.	Список используемой литературы .....	9
4.	Приложения .....	10

## Пояснительная записка

Методическая разработка праздника «Спорт живёт в нашей семье, мы с ним счастливы вдвойне!» разработан в соответствии с планом воспитательной работы классного руководителя. В разработке принимали участие родители.

Учитывая, что профилактика вредных привычек среди подростков и молодежи далеко не всегда оказывается эффективной, необходимо формировать ценностное отношение к здоровому образу жизни у детей как можно раньше. Поэтому целесообразно проводить данную работу в начальных классах.

Важную роль в формировании жизненных ценностей играет семейное воспитание. Следовательно, создание условий для взаимодействия родителей и детей в различных сферах деятельности, в том числе и в сфере здоровьесбережения, является актуальным.

Выбор формы проведения мероприятия обусловлен возрастными особенностями обучающихся начальных классов.

Младшие школьники дружелюбны, легко вступают в общение со взрослыми и сверстниками. Их увлекает совместная деятельность, они легко и с удовольствием выполняют различные поручения, имеющие социальную значимость. Младшие школьники ценят смелость, физическую силу, верность другу. Их прельщают игры, содержащие тайну, приключения, поиск, новое, яркое, незнакомое. Они ориентированы на ближайшие цели, на игровую деятельность, как основное средство общения, отличаются жизнерадостностью, постоянным стремлением к активной практической деятельности.

Задача педагогов – учитывая возрастные и индивидуальные особенности ребёнка, создать наиболее благоприятные условия для успешного развития личности младшего школьника.

Атмосфера спортивных состязаний, где в одной команде находятся и взрослые, и дети, где участники в веселой и непринужденной обстановке выполняют интересные задания, позволяет комплексно решать воспитательные задачи. Непринужденное общение, общие игровые цели, поддержка и взаимовыручка позволяют создать необходимый эмоциональный настрой и сформировать позитивное отношение к активным формам совместного проведения досуга, в котором нет места вредным привычкам. Яркие впечатления, возможность самовыражения и неформальное общение детей и взрослых надолго запоминаются и вызывают желание принимать участие в подобных мероприятиях в дальнейшем.

Данное мероприятие не требует сложной подготовки от организаторов и участников, что является немаловажным фактором, так как большинство родителей занято на работе, и они не могут часто собираться для подготовки.

Мероприятие не подразумевает демонстрации высоких спортивных результатов, участие в нем доступно всем желающим детям и родителям.

Предлагаемый сценарий праздника «Спорт живёт в нашей семье, мы с ним счастливы вдвойне!» может быть использован классными

руководителями, педагогами-организаторами, педагогами дополнительного образования.

## **Спортивный праздник «Спорт живёт в нашей семье, мы с ним счастливы вдвойне!»**

*Моей маме много лет  
Но она не старится  
Потому что моя мама  
Спортом занимается*

**Цель:** формирование стремления к здоровому образу жизни, умения активно, организованно отдыхать.

**Задачи:**

- содействовать популяризации занятий физической культурой и спортом;
- показать преимущества здорового образа жизни на примере активного семейного отдыха;
- содействовать воспитанию чувства товарищества и взаимовыручки;
- содействовать развитию координационных способностей обучающихся.

**Подготовка:**

- формирование команд-участниц;
- команды-участницы готовят домашние заготовки для конкурсов;
- учащиеся, объединённые в микрогруппы, обсуждают свои представления, а затем рисуют газеты о здоровом образе жизни;
- дети разучивают стихи о здоровом образе жизни; выбор ведущих;
- организаторы разрабатывают конкурсы и готовят реквизит.

**Оборудование:** диски с музыкой; музыкальный центр с колонками, микрофоны; выставка газет о здоровом образе жизни, приготовленная обучающимися классов; 4 листа ватмана (А4); 4 набора фломастеров; 4 кегли-ориентира; 4 капроновых головных платка; 30-50 мягких тряпичных мячей небольшого размера; 2 корзины для подсчета мячей; 4 ленты для завязывания бантов; 4 боксёрских перчатки; подборка вопросов о спорте; 5 грамот для награждения команд и семьи-ведущих.

**Ход.**

*Команды-участницы входят в спортивный зал под музыку и аплодисменты зрителей.*

**Ведущие.** Человек — высшее творение природы. Но для того, чтобы насладиться ее сокровищами, он должен отвечать, по крайней мере, требованию — быть здоровым!

Есть много высказываний:

- Дал бы Бог здоровье - а счастье найдется (нар)
- Здоровому все здорово! (нар)
- Здоровье главное богатство (нар)
- Если не двигаться и не бегать, пока здоров, придется побегать, когда заболеешь (Гораций)

Но мы с вами болеть не хотим и поэтому сегодня собрались на спортивный праздник. Добрый день зрители! Добрый день, команды-участницы! Давайте поприветствуем друг друга громкими аплодисментами!

Ну, вот и настало время представления спортивных команд.

*Представление команд: каждая команда представляет домашнюю заготовку: название, девиз и «кричалку». Ведущие представляют жюри.*

**Ведущие.** Когда идешь на штурм ты эстафеты

Победа нам не очень-то видна,  
Вы все равно дойдете до победы,  
Ни пуха вам, команды, ни пера!

Самое время узнать команды поближе и первая наша эстафета называется

«Давайте познакомимся!»

### **Эстафета «Давайте познакомимся!»**

**Ведущие.** По сигналу первые участники бегут к ориентиру и рисуют забавную «свою» рожицу, обозначающую себя. Получится портрет команды — семьи. Побеждает команда, которая быстрее справилась с заданием и нарисовала самый интересный «портрет».

### **Эстафета «Цепочка с платочком»**

**Ведущие.** Этот конкурс вам, друзья,  
Проиграть никак нельзя!  
А заключается он в следующем.

Все команды встают в одну шеренгу, взявшись за руки. У стоящего в самом конце в руках платок. Он змейкой под руками оббегает всех, оббегает ориентир и встает первым. Передав платочек в начало команды. Так же поступает каждый участник команды. Побеждает команда, которая быстрее справилась с заданием.

### **Конкурс «Рецепт здоровья»**

**Ведущие.** Молодцы! Все старались. Сейчас немного отдохнем и послушаем наших мам. Наши мамы хорошо подготовились дома и хотят предложить нам рецепты здоровья.

*Ведущие предоставляют слово мамам, которые зачитывают домашние заготовки рецептов здоровья.*

**Ведущие.** Уважаемы мамы! Мы обязательно будем помнить ваши рецепты и спасибо за все ваши советы, а наш праздник продолжается.

Пусть радость, смех, веселье  
Помогут в трудный час  
Но главная надежда  
Болельщики на вас!

### **Игра со зрителями**

*Ведущие читают стихи, болельщики выполняют задания.*

Вам, мальчишки и девчушки,  
Приготовила частушки.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.  
На неправильный совет  
Говорите: нет! Нет! Нет!

Постоянно нужно есть  
Для зубов для ваших  
Фрукты, овощи, омлет,  
Творог, простоквашу.  
Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.

Не грызите лист капустный,  
Он совсем, совсем  
невкусный.  
Лучше ешьте шоколад,  
Вафли, сахар, мармелад.  
Это правильный совет?

Говорила маме Люба:  
- Я не буду чистить зубы.

И теперь у нашей Любы  
Дырка в каждом-каждом  
зубе.  
Каков будет ваш ответ?  
Молодчина Люба?

Блеск зубам чтобы придать,  
Нужно крем сапожный взять.  
Выдавить полтюбика  
И почистить зубики.  
Это правильный совет?

Ох, неловкая Людмила –  
На пол щётку уронила.  
С пола щётку поднимает,  
Чистить зубы продолжает.  
Кто даст правильный ответ?  
Молодчина Люба?

Навсегда запомните,  
Милые друзья,  
Не почистив зубы,  
Спать идти нельзя.

Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши.

Зубы вы почистили  
И идёте спать,  
Захватите булочку  
Сладкую в кровать.  
Это правильный совет?

Запомните совет полезный:  
Нельзя вам грызть предмет  
железный.

Если мой совет хороший,  
Вы похлопайте в ладоши!

Чтобы зубы укреплять,  
Полезно гвозди пожевать.  
Это правильный совет?

Вы, ребята, не устали  
Пока я стихи читала?  
Был ваш правильный ответ,  
Что полезно, а что - нет!

### **Игра «Метание мяча» (общая)**

**Ведущие.** А сейчас мы все разделимся на 2 большие команды, каждая команда займет ползала.

По сигналу ведущего нужно перекинуть мячики на сторону соперника. Когда прозвучит свисток - броски не засчитываются. На чьей стороне будет меньшее количество мячиков, та команда получает победу. Итак! Начали! (Игра проводится 2-3 раза)

### **Шуточный конкурс «Завяжи бант»**

**Ведущие.** Давайте поблагодарим помощников, а у нас следующий шуточный конкурс. Интересно умеют ли наши мамы завязывать бантики? Сейчас проверим!

*Родителям на одну руку надевают боксерскую перчатку и этой рукой они должны завязать бант ребенку.*

### **Конкурс эрудитов «Вопросы на засыпку»**

**Ведущие.** А этот конкурс поможет нам понять, какая команда лучше всего ориентируется в спортивных вопросах. Каждой команде будут заданы вопросы. Победу получит та команда, у которой будет больше правильных ответов.

Чтоб играть в игру такую,  
Надо «дядей Стёпой» быть.  
И противнику в корзину  
Легче будет гол забить.  
*Баскетбол*

Поможет мышцы рук развить, как встарь,  
Резиновый спортивный инвентарь.  
*Эспандер*

Город древний, златоглавый,  
Рад принять был все державы.  
Символ — Мишка олимпийский.  
Что за город, отгадай!  
Букв в нём шесть. Подумай быстро.  
Ты же, братец, не лентяй!  
*Москва*

Он в хоккее играет ловко,  
Олимпийский чемпион —  
За армейскую команду  
Выступал прекрасно он.  
В ЦСКА он, как маяк.

И в футболе, и в хоккее  
Знает ту команду всяк.  
Потому что та команда  
Называется  
*Спартак*

два берёзовых коня  
По снегам несут меня.  
Кони эти рыжие,  
А зовут их  
*Лыжи*

На ледяной площадке крик.  
К воротам рвётся ученик.  
Кричат все: «Шайба! Клюшка! Бей!»  
Весёлая игра  
*Хоккей*

Кто на льду меня догонит?  
Мы бежим вперегонки.  
А несут меня не кони,  
А блестящие  
*Коньки*

Это Владислав *Третьяк*

### Эстафета «Номера»

**Ведущие.** Да! Было нелегко, но как старались все! А сейчас проверим, насколько наши участники внимательны. Сейчас каждый участник команды получит свой номер. И когда ведущий называет чей-то номер, тот участник команды бежит до ориентира и обратно. Побеждает та команда, участники которой ни разу не ошиблись и быстрее других выполняли задания.

### Танцевальный конкурс «Горячая 10-ка»

**Ведущие.** Вы все размялись хорошо. Праздник веселый прошел.

Ждет вас новое задание! Не простое испытание!

Испытание это танцевальное, творческое. Здесь победит зазор!

Звучит десять мелодий (по очереди), а ведущий предлагает различные задания: самые активные руки, самые активные ноги, самая активная голова, самое активное туловище. Далее командам предлагается в танцевальных движениях изобразить предметы (утюг, чайник, автомобиль), цифры от 1 до 10. Выигрывает самая задорная и оригинальная команда.

**Ведущие.** Пока жюри подводит итоги, послушаем рецепты здоровья от третьеклассников. Встречаем!

*Выступления учащихся.*

- Добрый день! — тебе  
сказали.  
- Добрый день — ответил ты.  
Как две ниточки связали  
Теплоты и доброты.  
- Здравствуйте! — ты  
скажешь человеку.  
- Здравствуйте! — улыбнется  
он в ответ.  
И, наверно, не пойдёт в  
аптеку  
И здоровым будет много лет.  
За что мы говорим  
«спасибо»?  
За всё, что делают для нас.  
И мы припомнить не смогли  
бы,  
Кому сказали? Сколько раз?  
Нам желают: «Доброго  
пути!»  
Будет легче ехать и идти.  
Приведёт, конечно, добрый  
путь  
Только к доброму чему-  
нибудь.  
ти слова все известны  
давно,  
Видишь, они и просты, и не  
новы.  
Но я ещё раз повторю всё  
равно:

- Добрые люди, будьте  
здоровы!  
Чтобы не был хилым, вялым,  
Не лежал под одеялом,  
Не хворал и был в порядке,  
Делай каждый день зарядку.  
Позабудь про телевизор.  
Марш на улицу гулять.  
Ведь полезней для здоровья  
Свежим воздухом дышать.  
Нет плохому настроенью,  
Не грусти, не хнычь, не  
плачь.  
Пусть тебе всегда помогут  
Лыжи, прыгалки и мяч.  
Хоть не станешь ты  
спортсменом —  
Это, право, не беда.  
Здоровый дух в здоровом  
теле  
Пусть присутствует всегда!  
Будешь радостным и добрым  
Летом и среди зимы,  
Если сможешь подружиться  
С физкультурой, как и мы.  
Обливайся, закаляйся,  
Физкультурой занимайся.  
Будешь ты всегда здоров,  
Проживёшь без докторов.  
Если ты здоров и весел,  
Мир вокруг тебя чудесен!

**Ведущие.** Слово для объявления результатов и награждения предоставляется жюри.  
*Выступлению председателя жюри, вручение командам грамот по номинациям.*

**Ведущие.** Сегодня проигравших нет! Сегодня каждый из вас одержал маленькую победу! Маленькую, но убедительную победу над самим собой.

Пусть вам этот праздник запомнится

Пусть болезни пройдут стороной.

Пусть все желанья исполняются.

А физкультура станет родной!

Желаем всем крепкого здоровья и успехов!

## Список используемой литературы

1. Б.Баландин. 10 000 вопросов для очень умных. РИПОЛ классик, Москва, 2005.
2. Беловинский Л.В. Энциклопедический словарь российской жизни и истории. – М.: ОЛМА-пресс образование, 2004.
3. Величко Е.М. и др. Русская народная кухня. – М.: Агропромиздат, 1992.
4. Самойлова И., Путь к вершине // Школьный психолог №20 (378). – М.: Изд. дом «Первое сентября», 2006, с. 46
5. Губкина Т., Я умею быть счастливым человеком // Школьный психолог №2 (408). – М.: Изд. дом «Первое сентября», 2008, с. 14.
6. Ковалёв В.М., Могильный Н.П. 500 рецептов славянской трапезы, - М.: СП «ИКПА», 1990.
7. Лоскутова З.С. Школьные праздники. Выпуск 4. - Брянск, 1999.
8. Н.Ф.Дик. Весёлые классные часы во 2 – 3 классах. Ростов-на-Дону, Феникс, 2006.
9. Розанова Е. Г. Праздники в школе и дома: сценарии викторины, игры. - М.: Росмэн, 2000.
10. Русские пословицы и поговорки / под ред. В.П.Аникина, - М., 1988.
11. Т.А.Фалькович, Н.С.Толстоухова, Л.А.Обухова. Нетрадиционные формы работы с родителями. Для классных руководителей. Москва, 2005.
12. Читаем, учимся, играем: Журнал. 2003. № 10.

**Положение**  
**о проведении спортивного праздника**  
**«Спорт живёт в нашей семье, мы с ним счастливы вдвойне!»**

**Цель:** формирование стремления к здоровому образу жизни, умения активно, организованно отдыхать.

**Задачи:**

- содействовать популяризации занятий физической культурой и спортом;
- показать преимущества здорового образа жизни на примере активного семейного отдыха;
- содействовать воспитанию чувства товарищества и взаимовыручки;
- содействовать развитию координационных способностей обучающихся.

**Время проведения:** 25.11.2019 года, 15.30 – 16.30

**Место проведения:** спортзал МБОУ СОШ №30

**Порядок проведения:**

1. Представление команд.
2. Эстафеты.
3. Подведение итогов.

**Количество команд:** по 2 команды.

**Состав команд:** 4 человека: 2 взрослых и 2 ребенка. Один ребенок может быть другом семьи.

**Организаторы:** классный руководитель. Кудашева С.Ю.

**Состав жюри:** И.В. Джумагалиева, зам. директора по ВР;  
члены родительского комитета классов, представитель детской спортивной школы (по согласованию).

**Награждение:** все команды получают грамоты по номинациям.

**Команды – участники праздника «Папа, мама, я – здоровая семья!»**

- 1. Команда «Змеюшки»:*
- 2. Команда «Апельсин»:*
- 3. Команда «Дельфин»:*
- 4. Команда «Звезда»:*

**Команды-победители по номинациям**

*Команда «Змеюшки» - «Самые азартные»*

*Команда «Апельсин» - «Самые позитивные»*

*Команда «Дельфин» - «Самые уверенные»*

*Команда «Звезда» - «Самые сплоченные»*

## Выступления мам в конкурсе маминых рецептов

1. На дворе свиной грипп  
Берегитесь люди!  
Как его вам победить  
Говорить вам будем.

Есть у нас рецепт простой  
Он для всех сгодится,  
А кто выберет второй –  
Надо потрудиться

Первый наш рецепт таков:  
Если хочешь быть здоров,  
Дома целый день сиди,

2. А для тех, кто не желает  
Время без толку терять!  
Мы второй рецепт расскажем,  
как здоровье сохранять.

Утром встал зарядку сделай,  
Душ контрастный ты прими,  
Скушай овощи на завтрак,  
Чесночком их закуси.

В школу ты беги вприпрыжку  
В дождь, и в снег, в любой  
мороз.  
И не бойся, что в дороге  
Станет розовым твой нос.

Возвратись домой из школы

3.  
Сначала помидорчик,  
Потом укроп и лук.  
Для тонуса и силы  
Огурчик и редис.

4.  
Если вам на завтрак мама  
Столь невкусный кислый  
творог  
Под предлогом, что полезно,  
Попытается подать,  
Вы скажите: «Что ты, мама!  
Просто так — не актуально.  
Надо сделать аппетитно,  
Мы тебе расскажем как.  
В горку творога простого  
Положи чуть-чуть сметаны,  
Чтобы творог стал помягче  
И приятней на язык.  
добавляй в ту массу смело  
Ты изюм, кокоса стружку,  
Малу толику ванили

И гулять ты не ходи.

Забудь про кино, про театры,  
Маску потолще одень,  
На двери по вешай табличку:  
«К себе не пускаю гостей!»

Так пройдет неделя, две  
Может месяц целый.  
Можешь до весны так жить  
Коль не надоело!

Неприменно на обед  
Съешь две луковицы с супом  
И полезный винегрет.

Долго дома не сиди  
И гулять ты выходи.  
Лыжи, санки иль коньки  
На прогулку прихвати.

Вечером с лимоном чай  
И скорее засыпай!

При таком режиме дня,  
Уверяю я тебя  
Будешь ты всегда здоров  
Без лекарств и докторов!  
Вот — рецепт у нас таков!

Заправим мы сметанкой,  
А сверху базилик.  
И кушайте салатик  
С названием «Здоровик»

И корицу не забудь.  
А теперь перемешай все  
И выкладывай на булку,  
Что порезана кусками  
Где-то в палец толщиной.  
Запекаем все в духовке  
И за 5 минут получим  
Прехрустящий и нежнейший  
Для детей деликатес.  
Вот тогда мы с аппетитом  
Творожок хрустящий смелем  
да еще не раз добавки  
Умудрится попросить».



