

Сценарий Спортивного праздника

На начальном этапе обучения в спортивной школе роль родителей, их личный пример очень важны для ребёнка. Далеко не сразу приходят первые победы и успехи в соревнованиях. Радость от первых занятий может смениться апатией или даже раздражением от проделанной работы. В циклических видах спорта на выносливость, к которым относятся лыжные гонки, никуда ни деться от монотонных, повторяющихся тренировок. Путь от новичка до спортсмена - профессионала занимает 10 – 15 лет упорных тренировок. Ребенку очень важно чувствовать поддержку родителей, видеть, что его труды не напрасны, показать родителям, чего он достиг. Личный пример, совместные тренировки, участие в веселых стартах и соревнованиях, как нельзя лучше стимулирует ребёнка к регулярным занятиям физической культурой и спортом, формирует привычку вести здоровый образ жизни. Семейные весёлые старты, спортивные праздники играют важнейшую роль в тренировочном процессе, особенно на этапе начальной подготовки. Такие мероприятия позволяют наладить взаимодействия преподавателя и ребенка, преподавателя и родителей, родителей и ребенка. Конкурсы и соревнования помогают в весёлой игровой форме привить навыки спортивной борьбы, развивать физические качества, формировать характер. С помощью игр и эстафет тренер – преподаватель может заранее моделировать соревновательные ситуации, а ученики искать пути их решения, учиться работать в команде. Почти все дети во время тренировки с удовольствием принимают участие в различных играх и эстафетах, что позволяет развивать требуемые физические качества, совершенствовать технику передвижения на лыжах, избегая монотонности занятий. Так как занятия по лыжным гонкам проходят на улице проводить спортивные праздники лучше в ясную относительно теплую погоду. Семейные спортивные праздники в группах начальной подготовки желательно проводить 2 -3 раза в год. Как правило один в бесснежный период (обычно конец октября) и 1-2 в зимний период (новогодние каникулы и конец марта- начало апреля). С ростом спортивного мастерства количество таких мероприятий уменьшается. В дальнейшем родители привлекаются для помощи на соревнованиях, в качестве болельщиков, советчиков и в роли консультантов. Возрастает спортивная направленность тренировочного процесса. Рекомендуются по возможности совместные самостоятельные тренировки. Отличным средством являются походы. Что касается самого семейного спортивного праздника, то это отличный способ узнать друг друга, получить заряд бодрости и хорошего настроения. Предлагается следующий сценарий праздника.

По следам Зимних Олимпиад.

Цель мероприятия: выявить самую спортивную и дружную семью.

Задачи мероприятия:

- пропаганда здорового образа жизни.

- Формирование навыков спортивной борьбы.

-Совершенствование техники передвижения на лыжах.

Участники соревнований: к участию допускаются семейные команды (оба родителя и один ребёнок). Обучающиеся подбираются равные по уровню физической подготовки и возрасту.

Оборудование и инвентарь: Лыжи, палки, ботинки для всех участников ,санки, мячи, хоккейные клюшки, конусы для разметки дистанции,

Место проведения: соревнования проводятся на лыжной базе.

Проведение праздника планируется в несколько этапов

Предварительный этап: на данном этапе идет отбор участников, формирование команд, дается домашнее задание (придумать название и девиз).

Основной этап : непосредственное проведение спортивного праздника.

Сценарий

Выходит ведущий в костюме олимпийского Мишки .

Ведущий: Всех приветствую, друзья! Мишка Олимпийский – вот кто я.

Мы не зря здесь собрались. Вы поборитесь за приз! Предложу вам испытанья и весёлое катанья! Все на лыжи становись и смелей к победе мчись. Но сначала покажитесь и командой назовитесь!(Следует представление команд – название и девиз).

Ведущий: Чтобы нам соревноваться, надо правила прочесть. Рассказать вам с чем их есть. Будем мы сражаться честно. Всем на трассе хватит места. Мы круги срезать не будем, и похлопать не забудем, будь то первый иль второй – аплодируем с лихвой. (вкратце объясняем правила начисления очков. Например, участвует 6 команд. Первая команда получает 6 очков, вторая – 5 и так далее).

Ведущий: Я гостил зимой у друга. В Сочи он живёт , хитрюга. Он на играх тех бывал , много мне он рассказал. Чем мы хуже? – решил я. И придумал состязанья, интересные заданья. Вас позвал сюда не зря. Начинаем мы друзья!

Ведущий: Вот и первое заданье. начинаем испытанья!

1 конкурс. Хоккей на лыжах.

Команды делятся на пары. каждой команде выдается одна хоккейная клюшка и волейбольный мяч. Задача каждого участника провести мяч клюшкой по дистанции и вернуться обратно. Передать клюшку и мяч следующему члену команды. Выигрывает та команда, которая покажет минимальное время прохождения дистанции всеми участниками..

Ведущий: Вы не плохо потрудились и на лыжах прокатились. Теперь проверить хочу я как вы стреляете, друзья. Биатлон у нас в почёте. Вот и покажите, как вы кинете в ведро, после того как пробежите.

2 конкурс. Снежковый биатлон.

Если позволяет погода каждый участник лепит снежок. Если нет- выдается теннисный мяч. Команды делятся на пары или тройки. На условном рубеже ставятся мишени для каждой команды(пластиковое ведро). Задача участников – по очереди добежать до рубежа, выполнить бросок в цель, вернуться обратно и передать эстафету следующему. Выигрывает команда с наименьшим временем. Отдельно начисляются очки за каждый удачный выстрел (одно попадание = 1 балл).

Ведущий: Вы стреляете отменно – цели все поражены. С такими данными, ребята, быть вам в сборной всей страны. Переходим к лыжам горным. Спорт прекрасный - спору нет. Вверх подняли на канате, вниз умчался с ветерком. Папы наши словно бугель сейчас потянут ваших мам.

3 конкурс. Веселая канатная дорога.

Команды выстраиваются на стартовой линии. Мама на лыжах протягивает палки вперед, крепко обхватив их руками. Папа спереди без лыж берет палки с другого конца. По команде ведущего: -На старт ! Внимание ! Марш! – папы везут мам к финишу. Мамы просто скользят на лыжах. Выигрывает команда, пришедшая к финишу первой.

Ведущий: Испытанье позади, папы все в ударе. Настала очередь бобслея Приготовьте сани!

4 конкурс. Наши сани едут сами.

команды стоят внизу горы с санками. Задача участников по очереди забежать с санками наверх, спуститься на них вниз и передать эстафету следующему. Выигрывает команда, прошедшая дистанцию за минимальное время.

Ведущий: Трассы все покорены! Все деревья целы. Мы уже в конце пути – победит самый умелый. Приложите все старанья вы на это испытанье. Полосу быстрее пройди, ничего не урони!

5 конкурс. Полоса препятствий.

Перед началом конкурса выстраивается полоса препятствий(из конусов размечается змейка, устанавливаются ворота, различной высоты, размечается участок для прохождения спиной вперед). Задача команд быстро и не уронив препятствия пройти полосу за минимальное время. За каждое сбитое или не правильно пройденное препятствие отдельно отнимается 0.5 балла.

Далее праздник продолжается в помещении ответами на теоритические вопросы. Команды по очереди заходят в отдельную комнату, и отвечают на блок стандартных вопросов. За каждый правильный ответ начисляется один балл.

Ведущий: Вот последнее задание – для ума вам испытанье. На вопрос мой дай ответ, правда это или нет?

1. В каком городе проходили первые современные олимпийские игры?

- Афины(правильный ответ)

- Париж

-Нью – Йорк

2. В каком году прошли первые зимние олимпийские игры ?

-1918

-1924(правильный ответ)

- 1933

3. Какова длина известного шведского лыжного марафона Вассалопет?

- 42 км

-50 км

-90 км(правильный ответ)

4. На какой дистанции Александр Легков стал олимпийским чемпионом?

- в эстафете 4 по 10км

- в скиатлоне

- на дистанции 50км(правильный ответ)

5. Сколько мишеней надо поразить в гонке преследования в биатлоне?

- 10 мишеней

- 15 мишеней

- 20 мишеней(правильный ответ)

Ведущий: Вот и Игры завершились. Все команды молодцы! Все боролись и стремились, финиш все пересекли! Сейчас очки мы посчитаем и призёров наградим.(следует подсчет всех очков и определение победителей и призёров).

Ведущий: Ждали вы меня не зря. Всех призёров знаю я. Приступаем к награждению, наших Игр завершёнью.(награждение команд)

Ведущий: Время быстро пролетело. Жаль мне расставаться. обещаю же, друзья , спортом заниматься. Зарядку делать по утрам, летом закаляться. Говорю вам , до свиданья! Спорт не забывайте!

Заключительный этап.

Подведение итогов: побеждает команда, набравшая наибольшее количество очков.

Награждение победителей: победители и призёры награждаются грамотами и сладкими призами.

После окончания соревнований объявляется праздничное чаепитие.

Анализ проделанной работы: Тренер подводит итоги выступлений, делает анализ проделанной работы(что получилось и если не получилось – то почему не получилось. Что можно исправить? на что обратить внимание в последующей работе?)