**Социально – образовательный проект**

**«Папа, мама, я – спортивная семья»**

**Руководитель проекта:**

учитель физической культуры Лагутин Н.В.

**Актуальность**

Великая ценность каждого человека – здоровье. Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Вырастить ребенка сильным, крепким, здоровым – это желание родителей и одна из ведущих задач, стоящих перед образовательным учреждением.

Все знают, как полезно заниматься физкультурой, как необходимо закаляться, делать зарядку, бывать на воздухе, но как трудно бывает иногда пересилить себя, встать пораньше, сделать несколько упражнений, облиться холодной водой. Мы откладываем все это на «потом». А что, если попробовать заниматься всем вместе? Может, тогда будет легче?! Ведь семья и школа – те социальные структуры, которые в основном определяют уровень здоровья ребенка. Мы должны совместными усилиями обеспечить ребенку психологический комфорт, поддержку и любовь, помнить о том, что преодолеть жизненные трудности легче, если мы будем вместе.

Пожалуй, ничто так не сближает родителей и детей, как совместные праздники и развлечения.

В нашей школе иногда проводится спортивный конкурс «Папа, мама, я – спортивная семья». Мне хотелось бы, чтобы это интересное и полезное мероприятие стало ежегодным и традиционным в нашей школе. Данный проект поможет сблизить родителей, детей, педагогов и позволит сложную задачу (воспитание здорового человека) сделать немного проще.

**Цель проекта:**повышение интереса у родителей и детей к совместным занятиям физкультурой и спортом.

**Задачи проекта:**

***для учащихся:***

- формировать познавательную мотивацию для занятий спортом;

- повышать двигательную активность с целью сохранения собственного здоровья;

- воспитывать целеустремленность, организованность, инициативность.

***для педагогов:***

- создать информационную базу, направленную на организацию благоприятного психологического климата у учащихся и родителей в ходе организации и проведения спортивных мероприятий.

***Для родителей:***

- создавать условия для развития творческих и физических способностей в совместных спортивных мероприятиях;

- совершенствование связи семьи и школы через привлечение родителей к совместным общешкольным мероприятиям.

**Участники, с которыми осуществляется работа по проекту:**

учителя физической культуры МБОУ Обливской СОШ №1, учащиеся 3-4 классов и их родители.

**Направление**: спортивно-оздоровительное

**Срок реализации**: февраль - апрель 2016 года.

**Тип проекта**: проект, интегрированный в реальную жизнь (социально-образовательный проект).

**Структура и содержание проекта:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **этапы** | **задача** | **мероприятия** | **ответствен-ные** | **сроки реализации** |
| 1 этап проекта: поисково-аналитичес-кий или подготови-тельный | Постановка проблемы, определение цели, задач проекта. | Подбор методической литературы, практического материала (положение, протоколы, эмблемы), физкультурного оборудования, музыкального сопровождения. Изучение литературных источников, статей, направленных на формирование ЗОЖ учащихся и их родителей. | Учителя ФК, классные руководители | февраль 2016 г. |
| 2 этап проекта (основной):  организация деятельности учащихся в рамках проекта. | Реализация мероприятий среди учащихся и педагогов | Отбор материала, проведенных спортивных соревнований. Отбор эстафет для спортивного мероприятия. Составление сценария проведения спортивного праздника. | Учителя ФК, классные руководители | март - май 2016 г. |
| 3 этап проекта (итоговый):  проведение спортивного праздника | Сплотить совместные усилия учащихся и их родителей и привлечь к проведению спортивного праздника. | Спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья!» | Учителя ФК | 15 мая  2016 г. |

**Работа с родителями**

1. Совместное творчество с детьми (плакаты, стенгазеты).

2. Совместно с родителями подготовка к проведению спортивного мероприятия «Папа, мама, я - спортивная семья»(представление команд, речёвки, девизы).

**Методическое обеспечение**

1. Белоножкина О.В. Спортивно-оздоровительные мероприятия в школе. М.: 2007 г.

2. Видякин В.М. Спортивные праздники и мероприятия в школе. Спортивные и подвижные игры. М.: 2008 г.

3. «Физкультурные праздники и развлечения», Т.Е. Харченко, Детство-пресс, 2009 г.

4. Интернет-ресурсы.

**Ресурсное обеспечение**

1. Инвентарь на каждую команду: по 3 мягкие «шайбы», гимнастический мат, длинная скакалка, гимнастический обруч, мяч для настольного тенниса, 3 ракетки для настольного тенниса, баскетбольный мяч, футбольный мяч, короткая скакалка, барьер;

свисток, секундомер, волейбольная сетка, волейбольный мяч.

2. Положение о проведении спортивного мероприятия.

3. Методическая литература для написания сценария.

**Ожидаемый результат:**

- Организация здорового отдыха семьи.

-Изменение отношения родителей к своему здоровью и здоровью своего ребёнка.

- Положительная динамика участия родителей в конкурсах и спортивных соревнованиях.

**Итоги реализации проекта:**

В ходе работы над проектом нами были изучены литературные источники и проанализирован опыт работы по данной теме в сети интернет.

Особое место в работе над проектом мы отвели подбору эстафет и разработке сценария праздника «Папа, мама, я – спортивная семья», посвященного Дню семьи – 15 мая.

Итак, в рамках реализации проекта мы сплотили совместные усилия учащихся и их родителей и привлекли их к проведению спортивного праздника.

Мы считаем, что в ходе проделанной работы поставленная нами цель была достигнута. Совместная деятельность способствовала повышению взаимопонимания детей и родителей, воспитанию чувства коллективизма и здорового соперничества, привитию навыков здорового образа жизни, развитию интереса к занятиям физической культурой и спортом.

***Приложение 1***

**Положение**

**о проведении спортивного мероприятия**

**«Папа, мама, я – спортивная семья»**

**15 мая 2016 г.**

**I. Цели и задачи:**

- Формирование здорового образа жизни семей.

- Воспитание физической культуры и нравственной сплочённости семьи.

- Развитие спортивных и двигательных навыков у детей и взрослых.

- Профилактика и предупреждение заболеваний детей.

**II. Участники соревнований.**

К участию в соревнованиях допускаются семейные команды:

мама, папа и 1 ребенок.

Участники соревнований должны иметь спортивную форму и спортивную обувь.

**III. Сроки и условия проведения**

Соревнования проводятся 15 мая 2016 г. в спортивном зале МБОУ Обливской СОШ №1.

Начало соревнований 10.00 часов.

Соревнования состоят из восьми эстафет.

Команда победительница определяется по наибольшей сумме набранных очков.

**IV. Руководство и судейство:**

Судьи соревнований:

главный судья: Лагутин Н.В.;

жюри: заместитель директора по УВР, классные руководители Иванова А.М., Домбаян Ю.И..

**V. Награждение:**

Призеры и участники соревнований награждаются грамотами.

***Приложение 2***

**Сценарий проведения спортивного праздника**

**«ПАПА, МАМА, Я – СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ!»**

**Место проведения:** спортивный зал.

**Инвентарь:**

на каждую команду: по 3 мягкие «шайбы», гимнастический мат, длинная скакалка, гимнастический обруч, мяч для настольного тенниса, 3 ракетки для настольного тенниса, баскетбольный мяч, футбольный мяч, короткая скакалка, барьер; свисток, секундомер, волейбольная сетка, волейбольный мяч.

**Участники соревнований:** команды-семьи по 3 человека.

**Жюри:** 3 человека из зрительного зала.

**Ход мероприятия:**

**Звучат фанфары. Выходят команды.**

**Ведущий:** Здравствуйте, ребята и гости нашего праздника. Наш спортивный праздник мы назвали «Папа, мама, я – спортивная семья!». И за звание самой спортивной семьи сегодня будут бороться семьи Фёдоровых, Никишиных, Фильцовых и Мереженых.

Болельщиков просим активно болеть за наших участников.

Итак, мы начинаем.

**Визитная карточка.**

Каждая команда рассказывает о своей семье (занятия, традиции, таланты, увлечения) в любой форме в течение 3 минут. Жюри по окончанию конкурса подводит итоги.

**Конкурс «Переправа».**

С помощью 3 мягких «шайб» каждая семья преодолевает расстояние в 20 метров. По сигналу судьи папа, взяв первую шайбу, ставит её перед мамой, она забирается на неё. Папа, взяв вторую шайбу, снова ставит её перед мамой, она переходит на неё, ребёнок переходит на свободную шайбу. Папа берёт 3 шайбу, снова ставит её перед мамой, и они передвигаются по ним. Папа берёт свободную шайбу и все действия повторяются. Как только вся семья преодолеет расстояние в 20 метров, они берут шайбы и возвращаются на линию старта. Побеждает команда, которая проходит испытание первой и допускает меньше ошибок. Жюри подводит итоги конкурса.

**Конкурс «Эх, прокачу».**

На старте мама и папа держат с разных сторон гимнастический мат одной рукой, а ребёнок сидит на мате и держится руками за другие две свободные ручки. По сигналу судьи мама с папой преодолевают расстояние в 20 метров до конуса и обратно. Главное, чтобы ребёнок удержался на мате и не упал. Побеждает команда, которая была на финише первой. Жюри подводит итоги конкурса.

**Прыжки на длинной скакалке.**

Папа и мама крутят длинную скакалку, а ребёнок выполняет прыжки через неё. На выполнение задания даётся 1 минута. Выигрывает семья, у которой наибольшее количество прыжков.

**Эстафета с обручем.**

Папа внутри обруча, который держит в руках, по сигналу судьи преодолевает расстояние в 20 метров и возвращается назад. Берёт с собой маму, и они вместе внутри обруча преодолевают то же расстояние и возвращаются назад. Берут с собой ребёнка и выполняют то же самое. Выигрывает семья, которая была на финише первой.

**Эстафета с мячом для настольного тенниса.**

Ребёнок по сигналу судьи преодолевает расстояние в 20 метров, удерживая без помощи рук теннисный мяч на ракетке. Обратно возвращается бегом, держа мяч и ракетку в руках, передаёт эстафету маме. Мама преодолевает расстояние в 20 метров, набивая мяч на ракетке. Обратно возвращается бегом, держа мяч и ракетку в руках, передаёт эстафету папе. Папа с помощью двух ракеток поочерёдно набивает мяч, преодолевая то же расстояние. Выигрывает семья, которая была на финише первой.

**Игра «Теннис большим мячом».**

Участвуют 2 команды на площадке размером 9х16. Посредине площадки натянута сетка высотой 1 метр. Игра начинается с подачи мяча одной из команд (аналогично игре в волейбол), мяч после подачи должен попасть на площадку соперника, и после отскока соперник должен его отбить обратно, используя при этом один удар, и т.д. В случае если мяч при подаче не перелетел через сетку, очко получает соперник. С лёта бить по мячу не разрешается. Если же мяч повторно коснулся площадки или ударился в сетку и остался на своей половине площадки, то очко получает соперник. Игра длится до 10 очков. Все команды должны сыграть друг с другом. После завершения всех игр судья подводит окончательные итоги.

**Большая заключительная эстафета.**

Ребёнок по сигналу судьи пролазит сквозь барьер, бежит к обручу, в котором лежат баскетбольный и футбольный мячи и скакалка. Берёт баскетбольный мяч, обводит 3 конуса змейкой (расстояние между стойками 2м.), обегает конус (который находится на расстоянии 20 м. от линии старта) и ведёт мяч по прямой до финиша, передаёт эстафету маме. Мама делает то же самое с гимнастической скакалкой, передаёт эстафету папе. Папа делает то же самое, ведя футбольный мяч. Выигрывает семья, которая была на финише первой.

**Подведение итогов игры.**

Жюри подводит итоги игры и награждает победителей грамотами и сувенирами.