

Сценарий
спортивного семейного праздника
"Все́й семье́й на ГТО"

Место проведения: районный центр культуры и досуга, 2 этаж, танцевальный зал.

Время проведения: 26 марта 2023 год в 12.00.

Цель:

- формирование у обучающихся и родителей осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании и ведении здорового образа жизни.

Задачи:

- популяризация комплекса ГТО среди обучающихся образовательных организаций р.п. Большое Мурашкино и членов их семей;

- формирование традиций участия семейных команд в физкультурных и спортивных мероприятиях;

- определение наиболее социально активных семей и выявление спортивных семейных команд для участия во всероссийских мероприятиях комплекса ГТО.

Требования к участникам. К участию в соревнованиях допускаются команды, отвечающие следующим требованиям: команда сформирована только из членов семьи по прямой линии (дети 6-7 лет, родители (опекуны) или бабушки, дедушки). Все участники допускаются к выполнению нормативов видов испытаний только при наличии спортивной формы и спортивной обуви.

Программа соревнований:

12.00-12.20 Построение семейных команд. Торжественная церемония открытия

12.20-12.30 Инструктаж главного судьи. Проведение общей разминки

12.30-14.30 Соревнования команд «Все́й семье́й на ГТО»

Виды испытаний:

1. Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье.
2. Прыжок в длину с места.
3. Поднимание туловища из положения лежа (кол-во раз за 1 мин).
4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.
5. Челночный бег 3x10.
6. Метание теннисного мяча в цель.

14.30-15.30 Подведение итогов командного первенства среди семейных команд.

Построение семейных команд, церемония награждения семейных команд.

Подведение итогов. Итоговое место определяется по наибольшей сумме очков, набранных всеми участниками команды в упражнениях многоборья. При равенстве

суммы очков у двух и более команд предпочтение отдается команде, набравшей наибольшее количество очков в метание теннисного мяча в цель.

Награждение участников. Семейные команды, занявшие 1, 2, 3 место и участники соревнований награждаются дипломами и памятными подарками.

Оборудование: Российский флаг, запись Гимна России и спортивных, семейных песен, плакаты с названием праздника и нормативами ГТО по ступеням, ноутбук, колонка, два микрофона, конусы 10 штук, таблички с названием испытаний, теннисные мячи 3 шт. и обруч; шайбы 3 штуки, тумба для сдачи теста «Наклон», дорожка для «Прыжка в длину с места», коврики для «Пресса» и «Отжимания», протоколы для каждой семьи, грамоты, призы участникам.

Ход праздника

Звучит спортивный марш.

Семейные команды выстраиваются в шеренгу по одному.

Ведущий. Здравствуйте, дорогие мамы, папы, ребята! Здравствуйте, гости!

Мы рады приветствовать Вас на нашем спортивном семейном празднике "Всея семьёй на ГТО". Семья – самое главное в жизни каждого человека. Именно в семье мы учимся любви, ответственности, заботе, уважению. И сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать самые дружные и самые спортивные семьи общеобразовательных организаций _____ района, которые готовы к сдаче норм ГТО. Встречайте их бурными аплодисментами! *Представление семей (фамилия семьи и имена, название команды, девиз).*

Хочу представить наших гостей:

1. Директор МБУ ДО ЦРТДЮ _____.
2. Методист Центра тестирования ГТО _____.
3. _____.
4. _____.

По традиции открываем наш спортивный праздник Гимном России. Право поднять флаг предоставляется самым активным участникам всех спортивных мероприятий ЦРТДЮ – семье _____.

Равнение на флаг! *Звучит гимн России!*

Спортивный праздник "Всея семьёй на ГТО" считается открытым.

Методист Центра тестирования ГТО. Уважаемые участники и гости спортивного семейного праздника "ГТО всей семьёй". Мне очень приятно видеть, что Всероссийский Физкультурно – спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) набирает свои обороты не только среди обучающихся общеобразовательных учреждений, но и среди их родителей. Сейчас важно, что благодаря комплексу ГТО такие привычные слова, как «спорт», «здоровый образ жизни», «физкультура» обретают более высокую ценность,

становятся трендами жизни современных россиян, задают тон и вектор развития нашего с Вами будущего! Желаю Вам успехов!»

Сегодня, после сдачи норм ГТО результаты участников будут официально внесены в единую базу данных России, т.е. у наших участников есть возможность получить знак ВФСК ГТО. И мы желаем Вам успехов!

Ведущий. Для вас выступают ... *(номер художественной самодеятельности)*.

Ведущий: С программой тестовых испытаний и судейской группой нашего семейного праздника вас познакомит _____.

Всего вам надо пройти сегодня шесть испытаний:

- челночный бег - судья _____
- прыжки в длину с места - _____
- Отжимание – _____
- Пресс – _____
- Метание в цель - _____
- Тест на гибкость – _____

Ведущий. «Желаем всем семьям участницам удачи и пусть победит сильнейший, пусть этот праздник принесёт, только положительные эмоции и золотые знаки отличия ГТО!»

Разминка под музыку. Проводит педагог-организатор ЦРТДЮ _____.

Ведущий. А теперь каждая команда может приступать к выполнению испытаний. Капитанов просим получить маршрутные листы для своих команд. После прохождения этапов, которые указаны в ваших маршрутных листах, жюри подсчитает все заработанные баллы и определит потенциальных обладателей золотого, серебряного и бронзового знака ВФСК ГТО. Легкого старта и удачного финиша!

Участники проходят испытания, судья заносит результаты в протоколы.

Ведущий. И так наступает самый долгожданный и волнительный момент для наших участников, мы предоставляем слово главному судье _____:

Главный судья. На нашем спортивном празднике «Всей семьей на ГТО» нет побеждённых! Все – победители! Вручает грамоты и ценные призы участникам ГТО.

Ведущий. Пусть участников спортивного движения ВФСК «Готов к труду и обороне» с каждым мероприятием становится ещё больше. Огромное всем спасибо и до новых встреч.

Участники под музыку выходят из зала.