МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ «ЛИЦЕЙ №1 ИМ. АКАДЕМИКА Б.Н. ПЕТРОВА»

ГОРОДА СМОЛЕНСКА

**Социально – образовательный проект**

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

**Разработали проект:**

Никитина Руслана 7Б

Медникова Анастасия 7Б

Батузов Артём 7Б

Крутова Дарья 7Б

Изюмский Артём 7Б

**Руководитель проекта:**

учитель физической культуры

Деревянко. И.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 закалятся, 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.

Раньше в лицее существовала традиция проведения спортивного праздника «Папа, мама, я – спортивная семья», но вот уже в течение нескольких лет об этом мероприятии забыли. Настоящий проект поможет сблизить родителей, детей, педагогов и получить заряд положительных эмоций от совместной деятельности.

**Цель проекта:** повышение интереса у родителей и детей к совместным занятиям физкультурой и спортом, к взаимоуважению и значимости в глазах друг друга.

**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 спортивной деятельности, 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 «Лицей №1 им. Академика Б.Н. Петрова», учащиеся 1-4классов и их родители.

***Участники, реализующие данный проект- учащиеся 7 «Б» класса:***

1.Никитина Руслана 7Б

2.Медникова Анастасия 7Б

3.Батузов Артём 7Б

4.Крутова Дарья 7Б

5.Изюмский Артём 7Б

**Руководитель проекта:** *Деревянко И.В., учитель физической культуры.*

***Направление***: спортивно-оздоровительное

***Срок реализации***: ноябрь 2016 года.

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

**Структура и содержание проекта**

**1 этап проекта**

**(поисково-аналитический или подготовительный).**

***Постановка проблемы, определение цели, задач проекта.***

**Проблема:** недостаточное развитиеотношений между семьёй и школой на основе овладения физической культурой.

Подбор методической литературы, практического материала (положение, протоколы, эмблемы), физкультурного оборудования, музыкального сопровождения.

**2 этап проекта (основной)**

**Организация деятельности учащихся в рамках проекта.**

Реализация мероприятий среди учащихся школы.

|  |  |
| --- | --- |
| **Виды деятельности** | **Тема** |
| 1. Сбор и систематизация информации | 1. Изучение литературных источников, статей, направленных на формирование ЗОЖ учащихся и их родителей (все члены творческой группы) – февраль.  2. Отбор материала, проведенных спортивных соревнований (все члены творческой группы) – февраль – март.  3. Отбор эстафет для спортивного мероприятия (Крутова Дарья, Батузов Артём,) – октябрь. |
| 2. Творческая деятельность учащихся | 1. Конкурс рисунков и фотографий на тему: «Спорт в нашей семье» (4 классы) (Демина Марина, Куриленкова Кира, Иванова Анна) – 20-27 ноября.  2. Составление и распространение памяток для родителей (Медникова Анастасия, Никитина Руслана и Изюмский Артём) – октябрь  3. Составление сценария проведения спортивного праздника и развлечения (все члены творческой группы . родители 2-х классов)- октябрь-ноябрь.  2. Создание буклета (Батузов Артём, Никитина Руслана)- декабрь.  3. Приобретение грамот, призов –ноябрь |

**Работа с родителями**

1. Совместное творчество с детьми (рисунки, фотографии).

2. Совместно с родителями подготовка сценария спортивного мероприятия «Папа, мама, я- спортивная семья»

3. Распространение памяток.

**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

3.Всероссийская научно-практическая конференция «Современные проблемы физической культуры и спорта, 12.04.2013 г.

4.Интернет- ресурсы.

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

6. Интернет-ресурсы

**Ресурсное обеспечение**

1. ПК.

2. Фотоматериалы.

3. Методическая литература.

**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.

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

Рыжих Анастасия вместе со своей мамой подготовила и распечатала памятки для родителей. Медникова Анастасия, Никитина Руслана и Изюмский Артём распространили памятки среди родителей обучающихся школы.

Параллельно с этим проводился конкурс рисунков и фотографий «Спорт в нашей семье». По итогам конкурса победители и призёры были награждены грамотами.

Особое место в работе над проектом мы отвели подбору эстафет и разработке сценария праздника «Папа, мама, я – спортивная семья», посвященного Недели семьи – 24 ноября. Каждый член творческой группы совместно со своими родителями подбирал самостоятельно эстафеты, стихи к празднику, придумывал музыкальные и спортивные номера. После взаимного обсуждения были выбраны лучшие эстафеты, номера художественной гимнастики (Кузьмина Екатерина).

**3 этап проекта (итоговый)**

Творческая работа Батузова Артёма, Никитиной Русланы над презентацией проекта «Папа, мама, я – спортивная семья».

Итак, в рамках реализации проекта мы сплотили совместные усилия учащихся и их родителей, привлекли последних к составлению сценария 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.

В ноябре 2016 года в нашем лицее проводится «Неделя СЕМЬИ» и мы планируем воплотить наш сценарий спортивного праздника «Папа, мама, я – спортивная семья» в жизнь.

Приложение 1

Положение о проведении конкурса рисунков и фотографий

«Спорт в нашей семье»

Положение

о проведении в МБОУ «Лицей №1 им. Академика Б.Н. Петрова» 20-24 ноября 2016 года

конкурса рисунков и фотографий

«Спорт в нашей семье»

**1.Общие положения**

Настоящее Положение определяет порядок проведения конкурса на лучший семейный рисунок или фотографию среди учащихся 1-4 классов и их родителей (далее – Конкурс), условия участия в нем, порядок определения победителя

**Цель конкурса:**

Конкурс направлен на пропаганду семейных ценностей, возрождения традиций и культуры семейных отношений, формирование здорового образа жизни в семье.

**Задачи:**

         Формирование у детей и родителей активной жизненной позиции в вопросах здорового образа жизни;

         Активизация и повышение качества работы по формированию здорового образа жизни;

         Предоставление возможности детям, педагогам и родителям выразить свое отношение к вопросу пропаганды здорового образа жизни, внести свой вклад к развитию наглядной рекламы.

**2.Участники Конкурса**

К участию в Конкурсе допускаются учащиеся 1-4 классов и их родители.

**3.Порядок и сроки проведения Конкурса**

Руководителем Конкурса является учитель физической культуры МБОУ «Лицей №1 им. Академика Б.Н. Петрова» - Деревянко И.В., координаторами: Никитина Руслана 7Б,Медникова Анастасия 7Б, Батузов Артём 7Б, Крутова Дарья Изюмский Артём 7Б

Конкурс проводится  с 20.11.2016 г по 24.11.2016г.

**4.Условия проведения Конкурса**

**Тематика конкурса:**

«Спорт в нашей семье»

**Критерии оценки работ:**

* соответствие работы целям и задачам конкурса;
* оригинальность идеи;
* художественное исполнение;
* актуальность решаемой автором проблемы;
* новизна используемого сюжета;
* яркость и выразительность работы;
* степень воспитательного воздействия на зрителя

**5. Требование к работам:**

На конкурс принимаются рисунки, выполненные на бумаге в формате А4. Рисунки и могут быть выполнены в любой технике (гуашь, тушь, фломастеры, пастель, компьютерная графика, смешанные техники и т.д.). Фотографии любого формата.

**6. Подведение итогов и награждение**

Из представленных рисунков комплектуется и брошюруется книга.

Победители и призёры конкурса фотографий и рисунков награждаются почетными грамотами.

Приложение 1.Б

Памятки для родителей

1. Дозируйте время и информацию, получаемую ребенком при просмотре телепередач.



1. Контролируйте продолжительность занятий и условия, в которых они протекают.
2. Чаще хвалите своего ребенка, одобряйте словом, улыбкой, лаской и нежностью. Не жалейте времени на общение с ним—не отделывайтесь игрушкой или сладостями!



***Пословицы и поговорки о спорте***

* Закаляй свое тело с пользой для дела.
* Холода не бойся, сам по пояс мойся.
* Кто спортом занимается, тот силы набирается.
* Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.
* Кто любит спорт, тот здоров и бодр.
* И смекалка нужна, и закалка важна.
* В здоровом теле здоровый дух.
* Паруса да снасти у спортсмена во власти.
* Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.
* Солнце, воздух и вода - наши верные друзья.
* Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.
* Крепок телом - богат и делом.
* Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.
* Пешком ходить — долго жить.
* Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.

Приложение 2

Положение спортивного мероприятия

«Папа, мама, я – спортивная семья»

Положение

о проведении в МБОУ «Лицей №1 им. Академика Б.Н. Петрова »

спортивного мероприятия

«Папа, мама, я – спортивная семья»

24 ноября 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 24 ноября 2016 г. в спортивном зале МБОУ «Лицей №1 им. Академика Б.Н. Петрова».

Начало соревнований 18.00.

Соревнования состоят из девяти эстафет.

Команда победительница определяется по наибольшей сумме набранных очков:

1-место –3 очка

2-место –2 очко

3-место –1 очков.

4-место – 0 очков.

*IV****. Руководство и судейство:***

Судьи соревнований: заместитель директора по ВР Никитина М.Д., учителя физической культуры ,учащиеся 7 «Б» класса: Никитина Руслана 7Б, Медникова Анастасия 7Б,Батузов Артём 7Б Крутова Дарья 7Б Изюмский Артём 7Б

V. ***Награждение:***

Призеры соревнований награждаются грамотами.

**Подготовка к празднику:**

1. Реквизит.

Сделать медали, приглашение к празднику. Украсить зал соответственно теме.

2. Работа с жюри:

– подготовка протоколов;

– систематизация оценочной шкалы;

– подсчет результатов.

3. Взаимодействие со специалистами.

Подготовка эмблем, девизов для участников соревнований.

Обучающиеся 4Б класса подготовили музыкальные композиции на тему: «Моя спортивная семья», музыкальные заставки для эстафет.

Предварительная работа с детьми – выставка рисунков и фотографий на тему: «Спорт в нашей семье».

Приложение3

Сценарий спортивного мероприятия

«Папа, мама, я – спортивная семья»

**Сценарий праздника**

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

**Цели:**

* Организация здорового отдыха семьи.
* Привить учащимся и их родителям интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом.
* Развивать ловкость, силу, подвижность, активность, смекалку, внимательность.
* Воспитывать чувство коллективизма, доброжелательности.

Зал украшен спортивными флагами, плакатами, транспарантами. Транслируются спортивные песни, марши, веселая музыка.

**Материальное обеспечение:** аудиосистема, атрибуты к игре (Секундомер, свисток, рулетка, стойки (конусы), мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные), воздушные шары, скакалки, обручи, плакаты, рисунки.

**Место проведения**: спортивный зал лицея

**Форма проведения:** соревнования

**Метод проведения:** спортивные эстафеты с музыкальным сопровождением.

**Участники соревнований:** команды учащихся 2-х классов и их родителей.

**Для награждения:**

Победитель награждается грамотой и призом.

Призеры награждаются грамотами и сладкими призами.

Семьи можно наградить по номинациям:

«Самая сплоченная семья»

«Самая волевая семья»

«Самая быстрая, ловкая, умелая»

Конкурсы оцениваются по бальной системе.

*Под звуки спортивного марша команды заходят в спортивный зал, и строятся в одну шеренгу к жюри. Построение команд.*

**Ведущий:** Сегодня здесь, в спортивном зале  
Мы спорт, уменье совместим.  
Мы этот славный праздник с Вами  
Прекрасным играм посвятим.

**Учащийся 1:** Мы видим здесь приветливые лица  
Спортивный дух мы чувствуем вокруг  
У каждого здесь сердце олимпийца  
Здесь каждый спорту и искусству друг.

**Учащийся 2:** Тот победит в соревнованье  
Кто меток, ловок и силен  
Покажет все свое уменье  
Кто духом, телом закален.

**Учащийся 3:** И учиться нам спорт помогает  
Ведь здоровье - основа всего  
Кто со спортом по жизни шагает  
Тот и может пойти далеко.

**Учащийся 4:** Спорт ребятам очень нужен!

Мы со спортом крепко дружим.

Спорт – помощник, спорт – игра,

Физкульт – ура – ура - ура!

**Учащийся 1:** Чтоб расти и закаляться,

Нужно спортом заниматься.

Закаляйся, детвора.

В добрый путь! Физкульт – ура!

**Ведущий:** Добрый день дорогие друзья! Мы очень рады приветствовать Вас на нашем празднике «Мама, папа, я – спортивная семья», посвященному «Дню семьи». Мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Пусть девизом нашей сегодняшней встречи станут простые слова «Спорт поможет нам везде: и в учебе, и в труде!».

Сегодня на нашем празднике мы рады приветствовать дружные спортивные семьи:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Оценивать ваши успехи будет жюри в составе:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ведущий:** Заниматься физкультурой полезно, весёлой физкультурой — вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а весёлым на два. Призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успехов.

Позвольте открыть наш чемпионат по семейному многоборью «Папа, мама, я – спортивная семья!» И представить команды участников наших соревнований. И так первый конкурс.

**«Приветствие команд»**

**Условие конкурса:** Участники команды презентуют свои команды (название команды, эмблему и девиз). (2 балла)

**«Веселое такси»**

**Условие конкурса:**Папа с обручем бежит до конуса, обегает его и возвращается обратно за мамой, а потом за ребенком. (2 балла)

**«Кузнечики»**

**Условие конкурса:**На полосе старт ребенок делает прыжок в длину и уходит. На то место, куда прыгнул ребенок встает мама и прыгает и уходит. Затем куда прыгнула мама встает папа и прыгает в длину. (4 балла)

**«Бег пингвинов»**

**Условие конкурса:** Игрок, зажав волейбольный мяч между ног, прыгает до буйка, обегает его и обратно бежит, взяв, в руки мяч и передает его следующему. Если мяч выпал игрок подбирает и продолжает эстафету. (Последовательность следующая: папа, мама, ребенок). (3 балла)

**«За продуктами»**

**Условие конкурса:** На противоположной стороне зала лежат «продукты» и еще кое-что. Взяв пакет, участник отправляется «за продуктами». Перепрыгнув через скамейку, пролезает через обруч, бежит в «магазин». Берет один предмет, кладет в пакет и возвращается обратно, передает пакет другому участнику. В «магазине» должна остаться одна упаковка из-под вредного для здоровья товара. Будьте внимательны! На старт! Внимание! Марш!

**Ведущий:**Молодцы! Почему никто не взял упаковку из-под сигарет? (Дети говорят о вреде курения)

**Ведущий:** Я прошу сейчас жюри подсчитать итоги I этапа соревнований. А пока жюри подсчитывает баллы командам, мы послушаем выступление Рыжих Анастасии и Постоваловой Полины.

**Музыкальная пауза:**Очень важно в нашей жизни быть здоровым,

А болезней не было б следа.

Активным будь и ко всему готовым,

С физкультурой ты дружи всегда.

*Припев:*

Через годы, через расстоянья,

При любой погоде, в стороне любой

Физкультуре уделяй вниманье,

С физкультурой легче путь земной.

Если в спорте выбрал вид себе по нраву,

В тренировках смело вверх шагай.

Будь упорным и, тогда пожнешь ты славу.

Дух и тело спортом закаляй!

*Припев:*

Физкультуре возраст вовсе не помеха.

Занимайся ею, стар и млад.

Ведь здоровье – это значит часть успеха,

А здоровью каждый в жизни рад

*Припев:*

**Ведущий:** Сегодня день особый, сегодня выходной.

Оставьте, мамы, стирку, уборку на потом.

И папы, отложите важные дела.

Сегодня солнце светит,

Участвовать нам в конкурсе пора!

**Итоги I этапа соревнований.**

**II этап соревнований.**

**«Эстафета с мячами».**

**Условие конкурса:** Папа с баскетбольным мячом бежит и кидает мяч в кольцо, обратно бежит мяч в руках и передает эстафету маме. Мама берет теннисную ракетку и теннисный мяч, идет и подбивает его, обходит буй и бежит до команды, передает эстафету ребенку. (4 балла)

**«Полоса препятствий».**

**Условие конкурса:**Участник команды прыгает на скакалке до конуса, у конуса берет теннисный мяч и кидает в корзину, в обратном направлении катит мяч с помощью обруча. И так по очереди. (4 балла)

**Ведущий:** Я прошу сейчас жюри подсчитать итоги II этапа соревнований. А пока жюри подсчитывает баллы, мы посмотрим номер художественной гимнастики в исполнении Губской Екатерины.

**Итоги II этапа соревнований.**

**III этап соревнований.**

**«Болото».**

**Условие игры:**Играющим выдается две дощечки (можно обычную бумагу). Задача — по этим дощечкам- «кочкам», передвигаясь с одной на другую, как можно быстрей перебраться через «болото» до буя, а обратно передают эстафету бегом. (5 баллов)

**Ведущий:** Я прошу сейчас жюри подсчитать итоги нашего спортивного праздника. А пока жюри подсчитываются баллы, мы послушаем выступление наших девочек.

**Музыкальная пауза:** Постовалова Полина и Рыжих Анастасия.

**«Папамамамобиль»**

**Условие игры:** на сцепленных руках пронести детей до указанного места и обратно. (4 балла)

**Конкурс загадок для зрителей**

**«Кто проворней и сильней»**

**Условия конкурса: Папы –** сгибают и разгибают руки в упоре на полу; (5 баллов) мамы- прыгают на скакалке.(5 баллов).

**Ведущий:**  Я прошу сейчас жюри подсчитать итоги нашего спортивного праздника. Вот и подходит к завершению наш спортивный праздник. Предоставляю слово жюри для подведения итогов соревнования.

**Подведение итогов**: Слово предоставляется председателю жюри.

Награждение победителей.