«М. Айтхожин атындағы №1 жалпы бiлiм беретiн инновациялық орта мектеп» КММ

**КГУ «Средняя общеобразовательная инновационная школа № 1 имени М. Айтхожина»**

**Межшкольные соревнования**

Учителя физической культуры:

Миронюк Татьяна Владимировна

Миронюк Виктор Яковлевич

г.Петропавловск

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении межшкольных соревнований «Веселые старты»**

**1. Цели и задачи**

* формирование и пропаганда здорового образа жизни;
* укрепление здоровья учащихся, приобщение их к физической культуре и спорту;
* повышения уровня физической подготовленности учащихся
* подготовка спортивного резерва школы

**2. Сроки и место проведения.**

Соревнования проводятся 11 февраля 2013 года в 14.30 в спортивном зале школы № 1.

**3. Руководство проведением соревнований**

Общее руководство по проведению соревнований осуществляется преподавателями физической культуры школы № 1.

Преподаватели физической культуры организуют и проводят спортивные соревнования. Учащиеся школы осуществляют помощь в организации и проведении спортивных соревнований.

**4.Участники соревнований**

К участию в соревнованиях приглашаются сборные команды 5-х классов. Состав команды 5 мальчиков и 5 девочек.

**5. Подведение итогов и определение победителей**

Победитель определяется по наибольшей сумме очков.

**6. Награждение**

Команды, награждаются грамотами и призами.

**СЦЕНАРИЙ
соревнований «Весёлые старты».**

Построение команд.

Представление: В наших соревнованиях принимают участие команды школы № 17, гимназии БЕСТ, и школы № 1.

Поприветствуем наших гостей.

1-й ведущий:

Добрый день вам всем ребята

Мы пригласили вас сюда,

Чтобы вы посостязались,

В силе посоревновались,

И здоровья все набрались.

2-й ведущий:

По плечу победа сильным,

Ждет того большой успех

Кто, не дрогнув, если нужно,

Выйдет в бой один за всех.

1-й ведущий:

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит.

2-й ведущий:

Представляем жюри наших соревнований:

1-й ведущий:

Эминова Светлана Николаевна – завуч начальной школы;

2-й ведущий:

Павлова Анжелика Геннадьевна – заместитель директора по воспитательной работе;

1-й ведущий:

Фефелова Алла Раисовна – старшая вожатая

2-й ведущий:

А сейчас мы вам друзья

Поднимем настроение,

Под дружные аплодисменты

Покажем выступление.

*(Показательные выступления)*

1-й ведущий:

Давайте мы устроим праздник

И вместе все украсим зал

И чтобы каждый, для разминки ,

Сейчас по залу пробежал.

2-й ведущий:

***1 эстафета***: С шариком в руке добежать до верёвки и привязать шарик так, чтобы он до конца праздника не упал.

1-й ведущий:

Все понятно без вопросов

Все вопросы впереди,

Эстафета самых ловких.

Мяч скорей переноси.

2-й ведущий:

***2 эстафета:*** взять в первом обруче 3 мяча и по дороге до стоечки разложить мячи по одному, обежать стойку и собрать мячи в первый обруч.

1-й ведущий:

Все вы дружите со спортом,

И покажете сейчас

Кто с ракеткой, а кто с палкой

Лучшим станет среди вас.

2-й ведущий:

***3 эстафета:*** на ракетке «змейкой» пронести теннисный мячик до обруча. Поменять на палку и мяч и так же «змейкой» провести обратно. Другой участник делает наоборот.

1-й ведущий:

Баскетбольный мяч мы любим

Баскетбольный мяч наш друг.

И посмотрим у кого

Что он не выскользнет из рук.

2-й ведущий:

***4 эстафета:*** удерживая мяч в упоре присев сзади пройти до стойки, встать и с ведением мяча обежать вторую стойку.

1-й ведущий:

И мальчишек и девчат

Вызываем на канат

10 слева, 10 справа,

Только мускулы трещат

2-й ведущий:

***5 конкурс:*** Перетягивание каната

1-й ведущий:

Палки в руки и смекалку

Мы возьмем с собой в дорогу.

Пронесем мы мяч на палках

Чтоб узнать кто самый ловкий.

2-й ведущий:

***6 эстафета:*** Пара участников с палочками в руках добегает до обруча, захватывает палочками мяч, обегает стойку, кладет мяч и передает эстафету.

1-й ведущий:

Встаньте ровно, ноги шире,

Прокатите снизу мяч,

Получив тот мяч, беги

И назад его верни.

2-й ведущий:

***7 эстафета:*** Команда становится ноги врозь. Первый катит мяч под ногами, последний берет мяч, обегает стойку, прокатывает мяч под ногами и встает первым.

1-й ведущий:

Лыжи, обручи, барьеры

Ничего мы не забудем,

Кто здесь будет самым первым,

Честно пусть жюри рассудит.

2-й ведущий:

***8 эстафета:*** Пролезть в один обруч, перепрыгнуть через барьер, пролезть во торой обруч, одеть «лыжи» обежать стойку, оставить «лыжи», вернуться.

1-й ведущий:

Праздник наш почти закончен,

Шарики пора убрать,

Надо все с веревки срезать

И на память их забрать.

2-й ведущий:

***9 эстафета:*** Добежать до натянутой веревки, отрезать шарик, вернуться.

1-й ведущий:

Долго вы соревновались

Пришло время отдыхать,

А жюри будет работать

И очки ваши считать.

2-й ведущий:

Ну а здесь сейчас для вас

Выступят спортсмены.

Они покажут мастер-класс

Для юной нашей смены

(Показательные выступления)

1-й ведущий:

Отдохнули мы на славу.

Победили все по праву.

А сейчас мы будем рады

Услышать наши результаты.

2-й ведущий:

Предоставляем слово жюри.

(Слово жюри и награждение команд).

1-й ведущий:

Провели мы состязанье,

И желаем на прощанье:

Всем здоровье укреплять

Мышцы крепче накачать.

2-й ведущий:

Телевизор не смотреть,

Больше с гирями потеть.

На диване не лежать,

Бегать, прыгать и скакать.

1-й ведущий:

До свидания, до новых встреч!

**Программа соревнований**

Эстафеты:

1. Добежать до натянутой верёвки и привязать к ней воздушный шарик, передать эстафету.

2. Взять в обруче 3 мяча, разложить по одному в другие обручи, обежать стойку, собрать мячи и положить в первый обруч. 

3. Пронести теннисный мячик на ракетке змейкой до обруча, положить, взять палочку и мяч и змейкой вернуться. Следующий делает наоборот. 

4. Удерживая мяч в упоре присев сзади, дойти до стойки, встать и с ведением мяча обежать вторую стойку, передать эстафету. 

55

5. Перетягивание каната. (по круговой системе)

6.Пара участников с палочками в руках добегает до обруча, захватывает палочками мяч, обегает стойку, кладет мяч и передает эстафету.



7. Команда становится ноги врозь. Первый катит мяч под ногами, последний берет мяч, обегает стойку, прокатывает мяч под ногами и встает первым. 

8. Пролезть в один обруч, перепрыгнуть через барьер, пролезть во второй обруч, одеть «лыжи» обежать стойку, оставить «лыжи», вернуться.

9. Добежать до натянутой веревки, отрезать шарик, вернуться. Д

**Протокол соревнований**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **команда** |  | **№ эстафеты** | **итоги** | **место** |
|  | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| штраф |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| штраф |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| штраф |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**За 1 место – 3 очка**

 **2 место – 2 очка**

 **3 место – 1 очка Учет штрафных очков: 3 штрафных – минус 1 очко.**

**Перетягивание каната: за каждую победу 3 очка, за проигрыш 1 очко.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Школа | 1 | 2 | 3 | очки |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |