Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Лицей №20»

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА**

**внеурочного мероприятия по физической культуре**

**ЛЕТНЯЯ СПАРТАКИАДА**

 **«БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ»**

Автор: Щеглова Анжелика Александровна учитель физической культуры

МБОУ Лицея № 20

г. Междуреченск, 2014 г.

**Пояснительная записка**

Общение подростков со сверстниками и взрослыми - важнейшее условие для личностного развития. Именно в общении подросток усваивает необходимую информацию, систему ценностей, учится ориентироваться в жизненных ситуациях.

Данная спартакиада, разрабатывалась в рамках внеурочного мероприятия для летней профильной смены «Одаренность». Ученики 5-8 классов разбиты на четыре разновозрастных отряда по 20 человек, где все находятся в равных условиях.

**Цель мероприятия:**

1.Формирование потребности у подростков в здоровом образе жизни.

2. Создание творческой атмосферы, способствующей развитию творческого потенциала ребенка.

3. Пропаганда и привитие интереса к различным видам спорта.

**Задачи:**

1.Пропаганда здорового образа жизни.

2. Воспитание чувства коллективизма, игры в команде, здорового соперничества.

3.Выработка потребности заботиться о своем здоровье.

4.Создание творческой атмосферы в коллективе взрослых и детей.

**Оборудование и инвентарь:**

 Мяч волейбольный, корзины, кубики, мяч для фитнеса, рулетка, клюшки для флорбола, мячи теннисные, ворота (полу-обручи), палки гимнастические, фишки зачетные.

 **Ход соревнований:**

Построение отрядов (4 отряда по 20 человек). Название отрядов-команд, приветствие. Каждый отряд делится на две команды по 10 человек (одинаковое количество девочек и мальчиков). Первая команда из каждого отряда, отправляется играть в игру «Перестрелка» по круговой системе. Время игры 8 минут или до полной победы команды.

Вторая команда в это время участвует в «Муравейнике», где каждый участник зарабатывает зачетные фишки, в каждом отдельном задании.

**Судьи** на каждом задании воспитатели и вожатые. Они следят за количеством и правильностью выполнения заданий и вручают зачетные фишки.

Участник проходит весь круг заданий, независимо заработал он зачетную фишку или нет, только после этого, в оставшиеся время (пока идет «Перестрелка»), он может выбрать те задания, на которых может заработать дополнительные зачетные фишки. По окончанию «Перестрелки», подсчитываются все заработанные зачетные фишки в каждой команде, результаты фиксируются.

Команды меняются местами: команда, игравшая в «Перестрелку» уходит участвовать в «Муравейнике» и наоборот. В итоге, каждый участник, играет в «Перестрелку» и участвует в «Муравейнике».

Награждаются отряды (команды) в общем зачете по двум видам: «Перестрелка» и «Муравейник», а также участники в личном первенстве среди девочек и мальчиков, набравшие наибольшее количество зачетных фишек.

**«МУРАВЕЙНИК»**

1. Задание «Попрыгунчик»

2 гимнастические палки, укладываются на пол параллельно друг другу, а 2 перпендикулярно им, образуя в центре квадрат. Участник из центра прыгает вперед, назад ,влево, вправо. Время выполнения 30 секунд. Зачетная фишка дается, если не сбита не одна палка.

2- Задание «Точно в цель»

От стартовой черты ,5 кубиков надо закинуть в корзину, на расстоянии 3-х метров. Зачетная фишка дается, если в корзину попало 3 кубика.

3-Задание «Кузнечик»

Зачетная фишка дается, тому, кто выполнит прыжок в длину за 175 см. Расстояние обозначено.

4-Задание «Забей гол»

От стартовой линии, клюшкой забить теннисный мяч в ворота (полу-обручи). Зачетная фишка дается тому, кто из трех мячей, забил два.

5-Задание «Пистолет»

Выполнить сед до прямого угла на одной ноге (нога прямая) 5 раз.

6-Задание «Дартс»

Броски дротиков в мишень (5 штук).Зачетная фишка дается тому, кто набрал не менее 30 очков.

7-Задание «Веселая скакалка»

Прыжки со скакалкой 30 секунд на скорость. Зачетная фишка дается тому, кто ни разу не остановился.

8-Задание «Умники и умницы»

 Собрать пазл, с названием вида спорта (буквы, на листе формата А4) СКЕЛЕТОН, КЕРЛИНГ, ФРИСТАЙЛ, ТХЭКВОНДО, БЕЙСБОЛ, БОБСЛЕЙ