***Методическая разработка спортивного праздника «Весёлые старты»,***

***посвященного Дню защитника Отечества***

***февраль 2013 год.***

**Задачи**

- разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий;

- интеграция физической активности в структуру дневного пребывания учащихся в школе-интернате;

- развитие компетенций учащихся в области активного образа жизни;

- укрепление психического здоровья учащихся.

**Актуальность**

- развитие инклюзивного образования

- малоподвижный образ жизни учащихся с ограниченными возможностями здоровья

- недостаточная информированность учащихся о здоровом образе жизни

**Цель**

- разработка системы внеклассной физкультурно-оздоровительной работы с учащимися с ограниченными возможностями здоровья

**Предполагаемые результаты**

- создать условия для формирования у учащихся системы знаний о здоровье и здоровом образе жизни, мотивации на сохранение и укрепление здоровья

- внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс

- снижение количества заболеваний, улучшение психо-эмоционального состояния

**Этапы проведения**

Подготовительный: инструктаж учащихся, учителей; подготовка протоколов, инвентаря, расписания соревнований

Основной: проведение соревнований

Заключительный: подведение итогов; награждение

**Место и время проведения:** спортивный зал школы, с 18 по 20.02.2013г.

**Участники соревнований:** ученики 1-4 классов.

**Проведение соревнований**

***Соревнования командные.***

В параллели учащиеся делятся на две команды с учётом физических возможностей (в состав команды входят дети, передвигающиеся самостоятельно и передвигающиеся при помощи приспособлений).

Учащиеся, которые не могут выполнить задания самостоятельно, выполняют с помощью учителя.

Спортивные задания:

1.Разминка: под музыку «Танец маленьких утят», все движения повторяются за учителем;

2.Выбор капитана и названия команды;

3.Эстафета «Колобок»: прокатить руками сенсорный мяч d -70см до фишки и обратно. Расстояние до фишки 10м. Выигрывает команда, которая быстрее прокатила мяч.

4.Эстафета «Штурм крепости»: броски через препятствие из положения сидя. Высота препятствия – 1м, расстояние до препятствия: 1, 2 классы – 2м, 3,4 класс -3м. Выполняется 5 бросков по команде учителя. Выигрывает та команда, у которой больше переброшенных мячей.

5.Эстафета «Велотрек»: передвижение на самокате до фишки и обратно. Расстояние до фишки 10м. Выигрывает команда, которая быстрее проехала на самокате.

6.Дартс: расстояние до мишени 2м, высота до центра мишени 130 см; каждый учащийся выполняет по 6 бросков в мишень из положения стоя (учащиеся, которые не могут выполнить броски из положения стоя, выполняют из положения сидя на стуле или в коляске – расстояние до мишени 1,5м, высота до центра мишени 60см; учащиеся, которые не могут выполнить бросок в вертикальную цель, бросают в горизонтальную);

**Подведение итогов:** команды, занявшие призовые места, награждаются призами.

**Ответственные за проведение соревнований:** Шуляковская И.В. – учитель физической культуры, Гончарова Е.А. – учитель адаптивной физической культуры.