# МОУ «Коношская средняя общеобразовательная школа»

# 0_5c367_eb7d1473_L.png

# Веселые старты

**Физическое воспитание**

**(УМК любой, для детей 11 лет)**

**Годовикова Марина Васильевна, учитель физической культуры**

**п. Коноша, Архангельская область, 2011 г.**

**Положение**

**о спортивном празднике « Весёлые старты».**

**16 апреля 2011 год,** в МОУ «Коношская средняя общеобразовательная школа» п. Коноша Коношского муниципального района Архангельской области, проводится спортивный праздник « Весёлые старты!».

**Цель:** Пропаганда здорового образа жизни.

**Задачи праздника:**

-Развитие личности ребенка на основе овладения физической культурой.

-Воспитание чувства колективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

-Обучение умению выполнять поставленные задания быстро и точно, воспитание «здорового духа соперничества».

**Организаторы праздника:**

Учитель: Годовикова Марина Васильевна, актив 4 «в» класса, родительский комитет 4 «в» класса.

**Дата проведения:** 16 апреля 2011 года

**Место проведения:** спортивный зал

**Условия проведения праздника:**

участниками праздника являются учащиеся 4-ых классов

помощники судей – ученики 8 «б» класса

зрители – учащиеся и родители

**В программе праздника:**

Конкурсная программа: «Бег с малым мячом», «Волна», «Комбинированная эстафета», «Кенгуру», «Хоккеисты», «Веселые баскетболисты», «Пролезь сквозь мешок», « Построй пирамиду», « Цветик – семицветик», « Сквозь обручи»,

стихи, песни, сценки на тему праздника.

**Первая эстафета:** **«Бег с малым мячом».** Обежать флажок и передать мяч другому игроку (разминочный бег), (теннисные мячи, флажки.)

**Вторая эстафета: «Волна».** Команды выстраиваются параллельно, стоят в команде колонной в затылок друг другу, на расстоянии одного от другого.

Первые номера кладут перед собой мяч так, чтобы до него можно было сделать один шаг. По сигналу судьи 1 номер наклонившись вперёд, берёт руками мяч, поднимает его над головой и, отклонившись назад как можно дальше, передаёт мяч стоящему за ним второму номеру команды. Тот повторяет движение первого номера. Так чередуются наклоны назад – вниз - вперёд: поднимается и опускается волна эстафеты. Побеждает та команда, которая, не сделав ошибки, быстрее другой сумела передать мяч от первого номера до последнего (баскетбольные мячи).

**Третья эстафета: «Комбинированная эстафета»:**

* Прыжки в мешке;
* Преодоление гимнастической скамейки в длину, лёжа на животе, перехватывая одновременно обе руки и подтягивая туловище;
* Прыжки на скакалке с обведением стойки;
* Пролзание через обручи и передача эстафеты другому (мешки, скамейки, скакалки, стойки).

**Четвёртая эстафета: «Кенгуру».** Шуточная эстафета с прыжками. У каждого участника должен быть лёгким мяч большого размера. Дистанция для прыжков 10 -15 метров. По сигналу судьи участники эстафеты начинают одновременно прыгать в направлений финишной черты, стараясь не уронить мяч. Кто уронил мяч, должен его поднять, зажать ногами и только после этого продолжать свои прыжки к финишу. Игрок, который достиг линии финиша, возвращается обратно, передаёт мяч – эстафету следующему игроку. Побеждает та команда, игроки которой первыми закончат гонку (волейбольные мячи).

**Пятая эстафета: «Хоккеисты».** Мячом обвести кегли змейкой с помощью хоккейной клюшкой. Туда и обратно сбивать и задевать кегли нельзя. (кегли, клюшки).

**Шестая эстафета: «Веселые баскетболисты»**. Ведение баскетбольного мяча правой и левой рукой. Стойки обвести и передать баскетбольный мяч следующему участнику эстафеты. (баскетбольные мячи).

**Седьмая эстафета: «Пролезь сквозь мешок».** Команда выстраивается в колонну по одному на лицевой линии волейбольной площадки. На линии нападения судья держит мешок без дна, другой край мешка закреплён на обруче. По сигналу игроки поочерёдно пролезают сквозь мешок, обегают флажок и возвращаются обратно с правой стороны.

**Восьмая эстафета: «Построй пирамиду».** Команда в составе 10 человек по очереди берёт куб (бумажный ящик) бежит к флажку и кладёт куб. Потом бежит обратно, передовая эстафету следующему участнику, задев его по плечу рукой, только тогда участник может бежать дальше, прихватив собой следующий куб, и так пока вся команда не построит пирамиду. Побеждает та команда у кого красивая пирамида и не упала. (кубы разного размера).

**Девятая эстафета: «Цветик – семицветик».** Возле каждой команды по одной разборной ромашке. Каждый участник берёт по одной детали – лепестку, бежит до кегли и начинает собирать ромашку. Побеждает та команда, которая первой соберёт ромашку. (3 ромашки по 10 лепестков).

**Десятая эстафета: «Сквозь обручи»**.Перед каждой командой судьи и помощники держат по 5 – 8 обручей. Дети пробегают сквозь обручи, обегают кеглю и возвращаются к своей команде. (обручи, кегли).

**Выступление будет оцениваться жюри в составе:**

1. Маклакова Ю.С. – член родительского комитета 4 «в» класса

2. Тишинская В.А. – социальный психолог

3. Протопопова И.В. - библиотекарь

**Критерии оценок жюри**:

Выступления команд будет оцениваться по следующим критериям: по 3-х балльной системе.

**Награждение**

Победители конкурса будут награждены грамотами.

**Оборудование:**

\***Спортивный инвентарь:**3 теннисных мяча, 3 флажка, 3 баскетбольных мяча, 3 мешка, 3 скамейки, 3 скакалки, 3 стойки,3 волейбольных мяча, 21 кегля, 3 клюшки, 30 кубов разного размера, 3 ромашки по 10 лепестков,24 обруча.

\* **Зал оформлен красочно**: Воздушные разноцветные шары, плакаты со спортивными девизами.

« Смолоду закалишься –

На весь век сгодишься».

« В здоровом теле – здоровый дух».

« Мы готовы, как всегда

Победить Вас без труда».

« Нам смелым и сильным, и ловким

Со спортом всегда по пути!

Наш девиз: не унывать!

Все пройти и всё узнать».

\***Приложение.** Грамоты.

**Предварительная подготовка**: Каждая команда заранее подготавливает визитную карточку команды.

**Название 1 команды: «Филонщики»**

**Девиз команды:**

Главное - не победа, а дотянуть до обеда!

**Название 2 команды: «Веники»**

**Девиз:**

Эники, беники, всех обыграют веники!

**Название 3 команды: «Молния»**

**Девиз:**

Мы быстрые как молния,

Привыкли побеждать,

И в этот раз попробуем

Всех вас переиграть!

**Сценарий конкурса**.

***Ведущий:***

Добрый день, наши дорогие гости!

В каждом маленьком ребенке,

И в мальчике, и в девочке.

Есть по двести грамм взрывчатки

Или даже полкило.

Должен он скакать и прыгать.

Все хватать, ногами дрыгать,

А иначе он взорвется

Неизвестно от чего.

Сегодня мы собрались в этом прекрасном и светлом зале для того, чтобы провести не совсем обычное спортивное соревнование **«Весёлые старты»**, в котором будут принимать участие ребята 4-ых классов.

Поиграй-ка, поиграй-ка,

Наш веселый стадион.

С Физкультурой всех ребята

Навсегда подружит он.

Если хочешь стать умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым,

Научись любить скакалки,

Вожжи, обручи и палки.

Никогда не унывай!

В цель мячами попадай.

Вот здоровья в чем секрет!

Будь здоров! Физкульт – привет!

А где наши участники? Давайте их поприветствуем! Ждем вас, участники, на нашей спортивной площадке!

***Под звуки марша судья вводит участников соревнований.***

**Построение команд**.

**Представление команд** (название, девиз)

**Название 1 команды: «Филонщики»**

**Девиз команды:**

Главное - не победа, а дотянуть до обеда!

**Название 2 команды: «Веники»**

**Девиз:**

Эники, беники, всех обыграют веники!

**Название 3 команды: «Молния»**

**Девиз:**

Мы быстрые как молния,

Привыкли побеждать,

И в этот раз попробуем

Всех вас переиграть!

**Организатор праздника** объявляет состав ЖЮРИ.

**-**А кто будет оценивать наше соревнование?

-Давайте познакомимся с нашим жюри:

**Маклакова Юлия Сергеевна** считает: если не побегаешь, пока здоров, побегаешь, когда заболеешь!

**Тишинская Валентина Александровна** до сих пор не может понять, какое нужно иметь здоровье, чтобы стать настоящим болельщиком!

**Протопопова Ирина Васильевна** считает, что если хочешь быть сильным – бегай, быть здоровым, красивым – бегай, быть умным – бегай!

***Ведущий*.** Уважаемые судьи и болельщики, не будьте строги к нашим юным спортсменам. Команды к соревнованиям готовы, судьи приготовили протоколы, болельщики потирают руки! Всё готово для начала праздника.

Перед началом соревнований нам нужно вспомнить правила, которые никогда не должны нарушаться игроками.

**Проигрывая, ни в коем случае сердиться, вредничать и обижаться нельзя!**

**Хорошее дело – футбол и хоккей,**

**Соседей они превращают в друзей,**

**А в играх с друзьями вы сами**

**Должны оставаться друзьями!**

**Да здравствуют добрые лица, и пусть тот, кто злится, стыдится!**

Желаю участникам соревнований удачи и успехов. А если кто и проиграет, запомните**: у нас нет проигравших – все спортсмены!**

***Ведущий:***

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее

Тот того и победит.

**Команды на старт!**

**1 эстафета: «Бег с малым мячом».**

Обежать флажок и передать мяч другому игроку (разминочный бег), (теннисные мячи, флажки.)

**2 эстафета**: **«Волна».**

Команды выстраиваются параллельно, стоят в команде колонной в затылок друг другу, на расстоянии одного от другого.

Первые номера кладут перед собой мяч так, чтобы до него можно было сделать один шаг. По сигналу судьи 1 номер наклонившись вперёд, берёт руками мяч, поднимает его над головой и, отклонившись назад как можно дальше, передаёт мяч стоящему за ним второму номеру команды. Тот повторяет движение первого номера. Так чередуются наклоны назад – вниз - вперёд: поднимается и опускается волна эстафеты. Побеждает та команда, которая, не сделав ошибки, быстрее другой сумела передать мяч от первого номера до последнего (баскетбольные мячи).

**Выступление танцевальной группы « Виктория» девочки 5 класса. Танец « Барбарики».**

**3 эстафета: «Комбинированная эстафета»:**

* Прыжки в мешке;
* Преодоление гимнастической скамейки в длину, лёжа на животе, перехватывая одновременно обе руки и подтягивая туловище;
* Прыжки на скакалке с обведением стойки;
* Пролзание через обручи и передача эстафеты другому (мешки, скамейки, скакалки, стойки).

**4 эстафета: «Кенгуру»**.

Шуточная эстафета с прыжками. У каждого участника должен быть лёгким мяч большого размера. Дистанция для прыжков 10 -15 метров. По сигналу судьи участники эстафеты начинают одновременно прыгать в направлений финишной черты, стараясь не уронить мяч. Кто уронил мяч, должен его поднять, зажать ногами и только после этого продолжать свои прыжки к финишу. Игрок, который достиг линии финиша, возвращается обратно, передаёт мяч – эстафету следующему игроку. Побеждает та команда, игроки которой первыми закончат гонку (волейбольные мячи).

**5 эстафета**: **«Хоккеисты».**

Мячом обвести кегли змейкой с помощью хоккейной клюшкой. Туда и обратно сбивать и задевать кегли нельзя. (кегли, клюшки).

**6 эстафета**: **«Веселые баскетболисты».**

Ведение баскетбольного мяча правой и левой рукой. Стойки обвести и передать баскетбольный мяч следующему участнику эстафеты. (баскетбольные мячи).

**Выступление: поёт Михайлова Юля с песней « Куда уходит детство».**

**7 эстафета: «Пролезь сквозь мешок».**

Команда выстраивается в колонну по одному на лицевой линии волейбольной площадки. На линии нападения судья держит мешок без дна, другой край мешка закреплён на обруче. По сигналу игроки поочерёдно пролезают сквозь мешок, обегают флажок и возвращаются обратно с правой стороны.

**8 эстафета: «Построй пирамиду».**

Команда в составе 10 человек по очереди берёт куб (бумажный ящик) бежит к флажку и кладёт куб. Потом бежит обратно передовая эстафету следующему участнику задев его по плечу рукой, только тогда участник может бежать дальше прихватив собой следующий куб и так пока вся команда не построит пирамиду. Побеждает та команда у кого красивая пирамида и нее упала. (кубы разног размера).

**9 эстафета: «Цветик – семицветик»** .

Возле каждой команды по одной разборной ромашке. Каждый участник берёт по одной детали – лепестку, бежит до кегли и начинает собирать ромашку. Побеждает та команда, которая первой соберёт ромашку. (3 ромашки по 10 лепестков).

**10 эстафета**: **«Сквозь обручи».**

Перед каждой командой судьи и помощники держат по 5 – 8 обручей. Дети пробегают сквозь обручи, обегают кеглю и возвращаются к своей команде. (обручи, кегли).

**Пока жюри подводит итоги**.

**Перед болельщиками выступает танцевальная группа девушек из 11 класса « Дуэт».**

**Заключительная часть.**

***Ведущий:*** Давайте дадим слово жюри и узнаем, чья команда сегодня стала самой лучшей, самой быстрой, самой внимательной, самой дружной и спортивной.

***Жюри подводит итоги соревнований. Вручаются грамоты и призы.***

***Ведущий:*** Уважаемые родители, ребята, друзья! Вот и завершился наш праздник – праздник спорта и здоровья. Мы надеемся, что это не последняя наша встреча на спортивной площадке.

*Всем спасибо за вниманье,*

*За задор и звонкий смех,*

*За азарт соревнованья,*

*Обеспечивший успех.*

*Вот настал момент прощанья*

*Будет краткой наша речь.*

*Говорим мы: «До свиданья!*

*До счастливых новых встреч!»*

**Протокол заседания жюри спортивного праздника «Весёлые старты»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Наименование эстафет** | **Команда «Филонщики»** | **Команда «Веники»** | **Команда «Молния»** |
| 1. **«Бег с малым мячом».** |  |  |  |
| **2. «Волна».** |  |  |  |
| **3.«Комбинированная эстафета»:** |  |  |  |
| **4. «Кенгуру»**. |  |  |  |
| **5. «Хоккеисты».** |  |  |  |
| **6. «Веселые баскетболисты».** |  |  |  |
| **7. «Пролезь сквозь мешок».** |  |  |  |
| **8. «Пролезь сквозь мешок».** |  |  |  |
| **9. «Цветик – семицветик»**. |  |  |  |
| **10. «Сквозь обручи».** |  |  |  |
| **Баллы** |  |  |  |

**Список использованной литературы**

1. Васильков Г.А., Васильков В.Г. От игры –к спорту. –Москва: Физкультура и спорт, 1985.

2.Глязер С. Ларчик с играми. –Москва: Детская литература, 1975.

3. Грасис М.М. Родители-тренеры, партнеры,судьи. –Москва: «Физкультура и спорт», 1976.

4.Конеева Е.В. Детские подвижные игры. –Ростов-на –Дону: «Феникс», 2006.

**Приложение. Грамоты**





