Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Поспеловская средняя общеобщеобразовательная школа»

Елабужского муниципального района Республики Татарстан

**Спортивное мероприятие « Спорт – альтернатива пагубным привычкам».**

Поспелово 2013 г.

Дата проведения :

Место проведения : спортивный зал

Участники : 1-11 классы

Цель : Пропаганда здорового образа жизни, приобщение обучающихся к проблеме сохранения своего здоровья, воспитание у них позитивных жизненных установок

Ход занятия.

Построение, приветствие.

Сегодняшние соревнования проводятся с целью пропаганды здорового образа жизни. 30. 11 – день проведения мероприятий посвященных теме « Спорт как альтернатива пагубным привычкам». Все взрослые на земле хотят, что бы у них было здоровое, молодое поколение, ведь здоровье – это жизнь. И необходимо помнить об этом всегда.

Перестроение, деление на команды

1. бег зигзагом

1.Первый игрок обегает набивные мячи справа, 2-ую слева, 3-ю справа (бег «змейкой»), обратно возвращается по прямой и передает эстафету следующему игроку.

2. каракатица

.От старта до первой фишки – прыжки на двух ногах,, от второй до третьей – «каракатица» (передвижение в упоре присев сзади) ногами вперед, обратно, бегом.

3. Координация

В одну сторону обычная ходьба с кубиком на голове (удерживая правильную осанку), обратно бег

4. метро

Игрок, с мячом в руках бежит до ориентира и обратно в конец своей колонны и выполняет перекат мяча вперед под ногами игроков своей команды. Игрок, стоящий в колонне первым ловит мяч и выполняет эстафету сначала.

5.Бег с ведением мяча до ориентира, обратно бег с мячом в руках.

В этом конкурсе сначала участвуют младшие школьники без ведения. Затем старшие с ведением и броском в кольцо.

6 .мяч капитану

Капитан стоит напротив команды с мячом, по сигналу, передаёт мяч первому игроку, тот возвращает мяч обратно капитану и перебегает на сторону капитана, и встает за ним, капитан передаёт мяч второму игроку, тот также передав мяч капитану, перебегает в колонну капитана и т.д. Эстафета заканчивается тогда, когда все игроки вернутся на свои места. Перетягивание каната. Подведение итогов

Протокол соревнований.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название команд | конкурс | | | | | | баллы | Место |
|  |  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |  |  |
| 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |