

ГБОУ школа-интернат

**«ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»  
СПОРТИВНО — РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ  
СОРЕВНОВАНИЯ, ПОСВЯЩЁННЫЕ ДНЮ ЗДОРОВЬЯ.**

Воспитатель: Верховцева В.В.  
Филиппова Т. В.  
Чепурнаева В.И.

2017-2018 уч.год

**«ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ» (СПОРТИВНО — РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ  
СОРЕВНОВАНИЯ, ПОСВЯЩЁННЫЕ ДНЮ ЗДОРОВЬЯ.)**

### **Цель:**

- формирование у обучающихся культуры сохранения и совершенствования собственного здоровья;
- пропаганда здорового образа жизни;
- популяризация здорового образа жизни среди детей, их родителей и педагогов;
- организовать здоровый отдых обучающихся;
- развивать у них силу, ловкость, выносливость, подвижность;
- воспитывать чувство взаимовыручки.

### **Задачи:**

- содействие укреплению здоровья и разностороннему физическому развитию школьников;
- воспитание их в духе патриотизма, коллективизма и дружбы, выработка высоких морально — волевых качеств, повышение дисциплины и организованности;
- выявление интересов детей к отдельным видам спорта, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физическими упражнениями; пропаганда и популяризация спорта;
- организовать досуг и активный отдых обучающихся;
- укреплять дружеские отношения между обучающимися.

**Актуальность:** физическое развитие человека создаёт предпосылки для полноценной умственной работы. Физически здоровый человек может лучше проявлять себя в производительном труде, преодолевать большие нагрузки, меньше утомляться. Наряду с осуществлением физического развития, физическое воспитание призвано возбуждать у обучающихся потребность и интерес к занятиям физической культурой и спортом.

### **4. Основная часть.**

Спортивный зал красочно оформлен плакатами, воздушными шарами разных цветов. Под музыкальное сопровождение в зал входят команды, участвующие в соревнованиях, и строятся в шеренгу. В соревнованиях участвуют три команды. (Дети заранее получили домашнее задание: придумать название команды, эмблему, выбрать капитана, подготовить приветствие.)

**1вед.** Сегодня здесь, в спортивном зале,  
Мы спорт с весельем совместим.  
И этот славный праздник с вами  
Оздоровленью посвятим.

**2вед.** Вокруг одни приветливые лица,  
Спортивный дух мы чувствуем вокруг,  
У каждого здесь сердце олимпийца,  
Здесь каждый спорту и здоровью друг.

**1вед.** Тот победит в соревнованье,  
Кто меток и силён,  
Покажет всё своё уменье,  
Кто духом, телом закалён.

**2вед.** Пусть дружба объединит детей и взрослых и пусть нас окрылят эти

простые слова: «Спорт — это здоровье, спорт — это успех, спорт — это дружба, спорт сильнее всех!»

**1вед.** Наполняет нас радость движенья,  
Сердце бьётся в груди веселей,  
И спортивной победы мгновенья  
Дополняют улыбки друзей.

**Группа поддержки исполняет оригинальный танец.**

**2вед.** Мы призываем команды к честной спортивной борьбе и желаем всем успеха!

**1вед.** Пусть победит сильнейший, а в выигрыше останутся ваша дружба и сплочённость!

**2вед.** А сейчас мы познакомимся с главными действующими лицами нашего спортивного праздника: это организатор Бойко Татьяна Анатольевна и главный судья соревнований, учитель физической культуры Виктор Иванович Филимонов, который сегодня проведёт спортивные эстафеты, его ассистенты, которые помогут в проведении соревнований, и команды в своих боевых составах.

**1вед.** Для торжественной клятвы всем участникам соревнований встать!(Звучит торжественная клятва, текст которой оглашает ведущий)

- участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят, и уважать соперника!(Все: «Клянёмся!»)
- бежать только в указанном судьёй направлении; шаг вправо, шаг влево считается ошибкой! (Все: «Клянёмся!»)
- на поворотах резко не тормозить и вовремя включать стоп — сигнал!(Все: «Клянёмся!»)
- подножки соперникам не ставить!(Все: «Клянёмся!»)
- громче болельщиков не кричать!(Все: «Клянёмся!»)
- не драться из-за первого приза, но побеждать, соблюдая все правила!(Все: «Клянёмся!»)

Участникам команд предлагают сесть на скамейки.

### **Конкурс 1 «Представление»**

**2вед.** Начинаем наше соревнование приветствием команд (домашнее задание) максимальное количество очков за это — 3 балла. В конкурсе учитывается содержание, жизнерадостный тон, доброжелательность к соперникам, отдельно оцениваются форма, эмблема и название команды.

( Ведущий представляет жюри)

**1вед.** И начнём мы, конечно, с разминки.

### **Конкурс 2 «Бег по кочкам»**

Участник передвигается « по кочкам», используя для этого поочерёдно два малых обруча (из обруча в обруч, переставляя их вперёд). У дальней стены спортивного зала он набрасывает оба обруча на стойку, потом бежит обратно и передаёт эстафету следующему участнику. Тот берёт обручи со стойки и передвигается «по кочкам» обратно к линии старта, и так далее.

### **Конкурс 3 «Близнецы»**

Бег парами. Участники сцепляются парами, а внутри мяч. И в таком положении бегут до стойки, обегают и возвращаются, передают эстафету другой паре.

#### **Конкурс 4 «Шуточный футбол»**

По свистку первые участники должны провести шар до препятствия и обратно и передать его следующему участнику. Шар можно вести только палочкой. За касание рукой команда получает штрафное очко. Побеждает команда, первая справившаяся с заданием.

#### **Конкурс 5 «Змейка»**

От линии старта каждый игрок команды ведёт мяч одной рукой «змейкой» между фишками (стойками); возвращаясь обратно, ведёт мяч так же. На стартовой линии он передаёт мяч следующему игроку из рук в руки.

**Группа поддержки исполняет гимнастические упражнения.**

#### **Конкурс 6 «Меткий стрелок»**

Члены команд должны добежать до скамейки, взять дротик, выполнить им бросок в цель, в воздушный шарик, чтобы он лопнул. Этот конкурс проводится на быстроту и точное попадание в цель. Участвует вся команда.

#### **Конкурс 7 «Репка»**

**2вед.** Здесь вам сила не важна,  
Здесь сноровка всем нужна.  
Подготовиться командам  
К нашим играм — состязаньям.

(Этот конкурс проходит в масках) Участвуют дед, бабушка, внучка, Жучка, кошка, мышка репка. На расстоянии 5-6 метров напротив команды ставится репка. По команде «беги!» обегают репку дед, возвращается, берёт за руку бабушку, и они бегут вдвоём, затем втроём ( с внучкой ) и т. д. Подбежав к репке вшестером, «вытаскивают» её и возвращаются на место. Побеждает команда, показавшая лучшее время по секундомеру.

#### **Конкурс 8 «Лебедь, рак и щука».**

(Конкурс капитанов)

**1вед.** Однажды лебедь, рак да щука

Везти с поклажей воз взялись,  
И вместе трое все в него впряглись.

Капитаны одной рукой берутся за верёвку, располагаясь по линии круга, начерченного на полу. В двух шагах от каждого из участников за кругом устанавливается по кегле. По сигналу игроки начинают тянуться к своей кегле, пытаясь схватить её свободной рукой. Отпускать верёвку запрещается. Победителем считается участник, первым поднявший свою кеглю с пола.

### **Конкурс 9 «Передал — садись»**

**2вед.** Как ни странно, без битья

Нет для мячика житья.

Мяч летит - его лови,

Но смотри, не урони.

По сигналу судьи капитаны одновременно бросают мячи впереди стоящим игрокам своих команд. Поймав мяч, игрок бросает его обратно капитану и сразу приседает. Затем капитан бросает мяч второму игроку, а получив его обратно — третьему, и т. д.

### **Группа поддержки исполняет танец**

### **Конкурс 10 «Дорожка»**

Игроки должны лечь животом на скейтборд и по команде, отталкиваясь руками, передвигаться до стойки. Обрато возвращаются бегом со скейтбордом и передают его другому участнику.

### **Конкурс 11 «Перетягивание каната»**

Участвует вся команда.

### **Конкурс 12 «Смешная эстафета»**

Каждый участник команды бежит с разным заданием:

1. Бег со стаканом воды в руке;
2. Бег с книгой на голове;
3. Бег со связанными ногами;
4. Бег с завязанными глазами;
5. Бег в мешках;
6. Бег в ластах;
7. Бег с одновременным вращением обруча;
8. Бег с мячом между ногами;
9. Бег с ведром и собрать урожай;
10. Бег прыжками.

### **Группа поддержки исполняет танец**

Во время подведения итогов ведущие проводят «Олимпийскую викторину» со зрителями и болельщиками.

### «Олимпийская викторина»

1. Чем награждался победитель Олимпийских игр Древней Греции?
  - а) лавровым венком;
  - б) деньгами;
  - в) золотой медалью.
2. Какая страна является родиной Олимпийских игр?
  - а) Китай;
  - б) Греция;
  - в) США.
3. Как называется свод Олимпийских законов?
  - а) правила;
  - б) устав;
  - в) хартия.
4. В каком году состоялись I Олимпийские игры в Древней Греции?
  - а) 836 до н. э.
  - б) 776 до н. э.
  - в) 684 до н. э.

Жюри подводит итоги соревнования. Награждение победителей грамотами и сладкими призами.

**1вед.** Наши соревнования подошли к концу.

И вот подвели мы итоги.  
Какие б ни были они,  
Пускай спортивные дороги  
Здоровьем полнят наши дни.

**2вед.** Пусть юность, дружба, спорт и мир  
Всегда шагают рядом с нами.  
Кого же спорт приворожил,  
Тот смотрит дружелюбным взглядом.

**1вед.** Сегодня стали вы сильнее!  
Сегодня стали вы дружнее!  
Сегодня проигравших нет!  
Есть просто лучшие из лучших!

**2вед.** Пусть этот день запомнит каждый,  
Задор его с собой возьмёт.

**1вед.** Со спортом кто подружится однажды,  
Сквозь годы эту дружбу пронесёт.

**2вед.** В спорте, как в жизни, всё течёт, всё меняется. Одни чемпионы сменяют других, новые соревнования приходят на смену предыдущим. Спорт — это не только рекорды. Это прежде всего стартовая площадка в Страну здоровья, бодрости и хорошего настроения.

**1вед.** Желаем вам мы крепкого здоровья,  
Успехов в замечательном пути!

**2вед.** Но есть одно важнейшее условие:  
Вы к нам ещё не раз должны прийти!

**1вед.** Завершить нашу встречу мы предлагаем песней «Мы - вместе»

**2вед.** И как бы ни было грустно в эту минуту расставания, мы говорим вам: «До новых встреч, друзья!»

## **5. Заключение.**

Физическая культура-часть образа жизни человека - система специальных упражнений и спортивной деятельности, направленная на развитие его физических и духовных сил. Я считаю, что внеклассное мероприятие, разработанное мной, решает те цели и задачи, которые я поставила. Детям было радостно, весело и интересно, надеюсь, что этот материал будет интересен и другим педагогам. Ведь пропаганда здорового образа жизни, воспитание бережного отношения к своему здоровью - очень важный аспект в нашей учительской работе.

**В борьбе закаляется крепкая воля,  
И наши сердца горячи.  
Кто смотрит на вещи уныло и хмуро,  
Пусть примет наш добрый совет-  
Получше, надёжней дружить с физкультурой,  
В ней юности вечный секрет.**

## **6. Библиографический список.**

1. В помощь классному руководителю / сост. Л.А. Конькова, Н.Е.Луйчас.- Минск: Красико -Принт, 2007.-176с.
2. На природу с классом! Праздник, игры, затеи летом и осенью. Для детей от 8 до 13лет/ Авт. Сост. М.С.Коган.-2-е изд. Стер.- Новосибирск: Сиб. Унив. Изд-во, 2009.- 190с. (Сценарии игр и праздников)
3. Совместные праздники для школьников и родителей/ Кол. Авторы-М.: Глобус, 2006.-192с.
4. Ермак А.А. Организация физкультурного досуга. М.: «Просвещение». 1978-130С., ил.
5. Литвинова М.Ф. Русские народные подвижные игры. М.: «Просвещение» 1986-175с., ил.
6. Журнал «Спорт в школе» №11, 2008 г., с.35-39, №9, 2008 г., с. 18-20.
7. Журнал «Физическая культура в школе» №2, 2011 г., с. 61-62; №2, 2010 г., с. 59-62; №3, 2011, с. 50-51; №1, 2011 г., с. 61-63
8. [www.1september.ru](http://www.1september.ru)