

ГБОУ школа-интернат с. Малый Толкай

«ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»

Воспитатель: Верховцева В.В.
Филиппова Т. В.

2020-2021 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!»)
- бегать 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