

Веселые старты

(внеурочная деятельность
школьников)

Презентацию подготовила учитель
физической культуры первой
категории МКОУ Краснореченской
ООШ

Положение о проведении соревнований «Веселые старты»

- 1.Цели и задачи.
- 2.Организация соревнований.
- 3.Место и сроки проведения.
- 4.Участники, требования к участникам.
- 5Программа соревнований.
- 6.Условия подведения итогов.
- 7.Награждение.
- 8.Заявки.
- 9.Обеспечение безопасности участников.

Цель:

Содействие всестороннему развитию личности, приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, воспитание умения учащихся использовать различные спортивные игры в организации своего отдыха.

Задачи:

- 1. Формирование здорового жизненного стиля и реализация индивидуальных способностей каждого ученика.
- 2. Обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам.
- 3. Воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, формирование коммуникативных компетенций.
- 4. Расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.

Организация соревнований

Непосредственное проведение соревнований возлагается на учителя физкультуры и судейскую коллегию.

Место и сроки проведения

Спортивный зал школы. Январь 2013.

Участники , требования к участникам.

К участию в соревнованиях допускаются учащиеся , имеющие допуск врача к соревнованиям. Состав команды : 5 мальчиков + 5 девочек.

Программа соревнований.

1. Представление команд.
2. Гладкий бег с эстафетной палочкой.
3. Передача мяча над головой.
4. Ведение и передача баскетбольного мяча.
5. Комбинированная эстафета.
6. Принести яйцо из гнезда.
7. Посадка картофеля.
8. Бег на лыжах.
9. Веревочка под ногами.

1. Представление команд.

Команды представляют себя, приветствуют соперников, жюри, болельщиков, зрителей. Эмблемы приготовить заранее .

2.Гладкий бег с эстафетной палочкой

•

Первый участник берет в руки эстафетную палочку , бежит, обегает стойку и возвращаясь к команде передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда , закончившая эстафету первой

3.Передача мяча над головой .

Участники стоят в одну колонну и передают мяч друг другу над головой из рук в руки. Последний участник получает мяч , бежит вперед , встает первым в колонне и передает мяч следующему и т. д.

Побеждает команда , у которой капитан окажется первым.

4.Передача и ведение баскетбольного мяча.

Первый участник бежит с ведением баскетбольного мяча до кегли , обегает его , бежит с мячом в руках до отмеченной линии , передает от груди следующему участнику. Побеждает команда , закончившая эстафету первой .

5. Комбинированная эстафета.

Вся команда выполняет по одному : прыжок через гимнастическую скамейку, кувырок вперед на матах, бег до кегли и возвращение к линии старта.

Побеждает команда ,закончившая эстафету первой.

6. Принести яйцо из гнезда.

На средней линии зала расположены тазы с водой. В них плавают по 10 пластмассовых яйца. На стульях рядом со стартом участников стоят тарелки ,в них по 10 ложек.

Нужно взять ложку , добежать до таза ,выловить яйцо, бегом принести его в ложку и положить в тарелку. Так выполняет задание каждый участник. Побеждает команда , закончившая эстафету первой.

7.Посадка картофеля.

На расстоянии 10 м от старта напротив каждой команды лежит обруч , в нем -5 небольших картофелин. На линии финиша на расстоянии 10 м от первого обруча лежит второй обруч . По сигналу первые участники с ведерком в руке бегут к обручу с картофелем , собирают его в ведерко, бегут к финишу, высыпают картофель в обруч и бегом возвращаются к своим командам, где передают ведерко следующим игрокам .

8.Бег на лыжах.

Перед каждой командой лежат лыжи , по команде быстро надеть лыжи и бежать до середины зала, снять и вернуться с лыжами в руках к своей команде . Следующий продолжает. Побеждает команда первой закончившая эстафету.

9. Веревочка под ногами.

Первый участник бежит со скакалкой в руке до кегли, обегает ее, бежит обратно, отдает один конец скакалки второму участнику и вместе проносят скакалку под ногами всех участников, которые перепрыгивают через скакалку, первый участник остается в конце колонны. Второй участник бежит со скакалкой до кегли, обегает ее, возвращается, отдает один конец скакалки третьему участнику, сам остается в конце колонны и т. д.



Условия подведения итогов.

Победитель определяется по наименьшей сумме очков –мест , набранной во всех эстафетах программы « Веселые старты».

Награждение .

Победитель и призеры награждаются грамотами.

Заявки.

Заявка на участие в соревнованиях подается в день соревнований , заверенная классным руководителем.

Список литературы:

- 1. В.И. Ковалько. Поурочные разработки по физкультуре: 3 класс. –М . :ВАКО, 2006.
- 2. М.В. Видякин. Внеклассная работа по физкультуре в начальной школе .-Волгоград : ИТД « Корифей»,2006.
- 3. Г.П. Болонов. Физкультура в начальной школе: Методическое пособие .-М. : ТЦ Сфера, 2005.
- 4. И.И. Должиков. Физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия в детском лагере. – М.: Айрис-пресс, 2005.

**Спасибо за
внимание**