

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 1
ИМЕНИ А.Ф. КРАМАРЕНКО

Разработка внеклассного мероприятия по
физической культуре для 5-6 классов

«Весёлые старты»

Учитель Бекмухамедова Жанна Валерьевна

Цель: Вовлечение обучающихся в занятия физической культурой и спортом.

Задачи:

- Формирование навыков здорового образа жизни.
- Развитие личности ребенка на основе овладения физической культурой.
- Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.
- Создание мотивационной среды для вовлечения обучающихся в занятия физической культурой и спортом.

Инвентарь: кегли, обручи, мячи, спортивные скамейки, спортивная форма, обручи, корзины.

Музыкальное оформление:

Песни «Закаляйся!», «Дети, в спорт», детские песни «Я со спортом подружусь», «Все спортом занимаются», «Солнышко лучистое любит скакать», динамичная весёлая музыка.

Подготовительный этап

1. Выбрать по 12 участников соревнований от каждого класса.
Ответственные: классные руководители.
2. Выбрать капитана от каждой команды.
Ответственные: классные руководители.
3. Подготовить визитную карточку своей команды (эмблему, девиз, название, форму).
Ответственные: классные руководители.
4. Определить состав жюри.
Ответственные: организаторы праздника.
5. Подготовить инвентарь, музыку и музыкальный центр к мероприятию.
Ответственные: организаторы праздника.
6. Разработать и распечатать бланки протокола.
Ответственные: организаторы праздника.
7. Подготовить бланки грамот и призы для награждения команд.
8. Подготовить зал к мероприятию.

Ход мероприятия.

I.

1. Построение команд на заранее отмеченных местах.
2. Приветствие участников и гостей праздника.
3. Представление команд и капитанов ведущим праздника.
4. Представление командами визитных карточек.
5. Представление членов жюри.
6. Краткий инструктаж по общим правилам соревнований, условиям присуждения зачетного балла.
7. Инструктаж по технике безопасности.

Примечания: В течение праздника звучат детские песни о физкультуре и спорте. Каждая эстафета проходит под динамичную музыку

II.

1 эстафета

«Разминка»

Добежать до противоположенной стороны зала, огибая кегли; пролезть в обруч и бегом вернуться обратно. (5 баллов) Штрафы: сбить кеглю - 1 бал, не пролезть в обруч - 1 бал, старт раньше времени - 1 бал.

	штраф		штраф		штраф
--	-------	--	-------	--	-------

2 эстафета

«Перекасти поле»

Бежать спиной вперёд и с помощью обруча катить мяч до ограничительного знака и обратно. (5 баллов) Штрафы: старт раньше времени - 1 бал, необегание ограничительного знака - 1 бал.

	штраф		штраф		штраф
--	-------	--	-------	--	-------

3 эстафета

«Посиделки»

Участники команд усаживаются на спортивные скамейки в затылок друг другу и передают сидящему сзади игроку мяч. Последний с мячом бежит, садится вперёд и снова передаёт мяч. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах. (5 баллов) Штрафы: потеря мяча - 1 бал, переброска мяча - 3 бала

	штраф		штраф		штраф
--	-------	--	-------	--	-------

5 эстафета

«Дружба»

Удерживая лбами мяч и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре. (5 баллов)

	штраф		штраф		штраф
--	-------	--	-------	--	-------

6 эстафета

«Болото»

Переставляя стулья и перешагивая со стула на стул школьники добираются, до поворота, и остаются на другой стороне болота. Стулья переставляют взрослые. (5 баллов) Штрафы: падение со стула - 1 бал.

	штраф		штраф		штраф
--	-------	--	-------	--	-------

7 эстафета

«Одень вратаря»

Участвуют 3 человека от команды. Одному участнику завязывают глаза, другой его ведёт, чтобы собрать в спортзале разложенную по разным местам форму. Как форма будет собрана в корзины, участники возвращаются к вратарю и одевают его. (5 баллов)

	штраф		штраф		штраф
--	-------	--	-------	--	-------

8 эстафета

«Донеси и не пролей»

Со старта участники набирают из чашки в столовую ложку воду и несут к другому сосуду(стакан мерный) и переливают. Дается время, по истечении времени игра останавливается. Побеждает команда которая больше всех набрала воды. (5 баллов)

Штрафы: опрокидывание сосуда с водой – 5 баллов.

	штраф		штраф		штраф
--	-------	--	-------	--	-------

III.

Подведение итогов соревнований.

Подсчитываются все баллы каждой из четырех команд.

Команда, набравшая больше всех баллов, занимает первое место.

На общем построении объявляются победители и призёры.

Вне зависимости от общезачётного места, каждая команда получает почетную грамоту, поздравления, хорошее настроение и фото на память.

В период подсчёта голосов членами жюри, со всеми участниками, болельщиками и гостями проводится танцевальный флешмоб под детскую песню «Солнышко лучистое любит скакать».