“СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК”

Автор: Журавлёв В.С. учитель физкультуры

МБОУ “Слудская ООШ”

2013г.

**“СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК”**

**Цели и задачи:** 1. Воспитание чувства товарищества и взаимовыручки;

2. формирование положительных эмоций и стремление к выбору

здорового образа жизни;

3. развитие силы и силовой выносливости;

4. совершенствование техники броска по кольцу;

5. совершенствование умений и навыков полученных на уроках

физической культуры;

6. расширение кругозора.

**Технологии:** Здоровьесберегающие.

**Оборудование:** Колышки; малые мячи 150гр.; карточки с буквами; скакалки; кегли (или пластиковые

бутылки с водой); баскетбольные мячи; листы бумаги; цветные карандаши или

фломастеры; обруч; гимнастические палки; средние мячи; маршрутные листы;

контрольные листы.

**Ход игры:**

1. Общее построение с 1 по 9 класс:

а) деление всех учащихся на команды (смешанные), в нашем случае – 4 команды;

б) каждая команда придумывает название и записывает его на нагрудный знак;

в) выбирается капитан команды, который и закрепляет знак у себя на груди;

г) командам выдаются маршрутные листы с очерёдностью прохождения этапов, у каждой

команды она своя (*приложение 1)*;

2. Инструктаж по технике безопасности.

3. Краткое объяснение правил игры:

- по свистку главного судьи расходятся по этапам;

- на этапе отвечают на теоретический вопрос и приступают к выполнению спортивного задания;

- судья выставляет количество очков, набранных командой, в контрольном *(приложение 2)* и

маршрутном листах, после чего команда согласно маршрутного листа переходит на следующий

этап.

- после прохождения всех этапов, команды собираются на стадионе (площадке) на завершающий

этап – весёлые старты *(приложение 3)*.

- после завершения соревнований подведение итогов награждение сладкий стол.

*Приложение 1*

Станции. ( *к о м а н д а* *- название* )

**Станция «Прыгуны». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Отжимание». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Боулинг». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Гимнаст». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Баскетболисты». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Весёлые старты (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ )**

Станции. ( *к о м а н д а* )

**Станция «Баскетболисты». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Прыгуны». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Отжимание». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Боулинг». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Гимнаст». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Весёлые старты (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ )**

Станции. ( *к о м а н д а* )

**Станция «Отжимание». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Баскетболисты». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Прыгуны». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Боулинг». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Станция «Гимнаст». (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

**Весёлые старты (\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ )**

*Приложение 2*

**Станция «Прыгуны».**

Прыжки через скакалку. Все члены команды прыгают по очереди. Каждый прыгает в течение 30 секунд. Задача команды: сделать как можно больше прыжков.

На какой цифре идёт сбивка с этой же цифры продолжается счёт.

**Т.В. – Когда и где в нашей стране проходили Олимпийские игры?**

(В 1980 г. в Москве.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Владик | Стёпа | Лена | Настя |
|  |  |  |  |

**Станция «Отжимание».**

Все члены команды отжимаются по очереди. Учитывается максимальное количе­ство отжиманий команды и правильность выполнения .

**Т.В. – Как называют начало бега и его оконча­ние?** (Старт. Финиш.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Владик | Стёпа | Лена | Настя |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Станция «Боулинг».**

Поставить несколько кеглей (5, расставить в виде клина); нужно мячом сбить их; расстояние от игрока до кеглей строго фиксированное. За каждую сбитую кеглю, одно очко.

**Т.В. – Какой мяч самый тяжелый — футболь­ный, баскетбольный или волейбольный?** (Баскетбольный.)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Владик | Стёпа | Лена | Настя |
|  |  |  |  |

**Станция «Гимнаст».**

Каждый участник команды подтягивается на перекладине. Мальчики на высокой перекладине, а девочки на низкой. Задача команды – подтянутся как можно больше. Подтягиваться по правилам.

**Т.В. – Какая страна является родиной Олимпийских игр?**  ***Греция;­***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Владик | Стёпа | Лена | Настя |
|  |  |  |  |

**Станция «Баскетболисты».**

Попасть в баскетбольное кольцо баскетбольным мячом (штрафной бросок). Первый бросок пробный – не засчитывается, Три зачётных – за каждое попадание – 1очко команде.

**Т.В. – Чем награждался победитель Олимпиады в Древней Греции?**

(лавровым венком).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Владик | Стёпа | Лена | Настя |
|  |  |  |  |

*Приложение 3*

**Весёлые старты**

**1.**«ПАРОВОЗИК» Капитан команды на­чинает бег, обегает препятствие, возвращается к команде, забирает второго участника за руку, они вместе обегают препятствие, затем они за­бирают следующего и т.д., финиш по последнему участнику. «Вагончики» не должны отстать.

**2.** «Стрелок». Задача — все участники каждой команды по очереди бросают с расстояния 6 м мяч, в обруч лежащий на земле. Первый участник бросает мяч, за тем после касания мяча земли бежит в сторону колышка забитого в землю за обручем, по пути подбирает свой мяч, оббегает колышек и возвращается к своей команде и передаёт мяч следующему игроку. Побеждает команда, сделавшая больше попаданий, без нарушений и быстрей (старт по команде судьи).

**3.** «Хоккеисты». Задача – с помощью гимнастической палки провести мяч за линию, нанесённую на определённом расстоянии от команды и оставить там, вернуться с палкой, передать её следующему участнику. Следующий участник берёт палку бежит к мячу и гонит его обратно. И т.д.

**4.** «Всезнайка». Каждая команда получает карточки с буквами. Задача — составить из карточек слово, на спортивную тему. Побеждает команда составившая слово быстрее всех.

**Биатлон; чемпион;**

За каждый этап 4 очка победителю, и по убывающей. За нарушения снимается одно очко.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Владик | Стёпа | Лена | Настя |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |