

«Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

Центр развития творчества детей и юношества «Полярис»

Весёлые старты



быстрее, выше, сильнее

«Методическая разработка в дополнительном образовании»

Спортивный праздник "Веселые старты"

«Открытое мероприятие для детей»

Форма проведения мероприятия: спортивные эстафеты

Стовбун Стефания Витальевна

Педагог дополнительного образования

Аннотация

Данная методическая разработка предназначена для развития стойкого интереса у детей к занятиям физической культурой и пропаганды здорового образа жизни.

В процессе соревнований создаются условия для развития таких физических качеств как быстрота, сила, ловкость, а также умение выполнять поставленные задания быстро и точно, развиваются творческие способности, формируется коллектив, способный соперничать и побеждать, развивается ответственность за свои действия и решения.

Пояснительная записка

Актуальность

В условиях Севера физическое развитие школьников должно быть активным. Вовлечение в спортивно-оздоровительные мероприятия школьников способствует сохранению здоровья, повышению интереса к различным видам спорта. «Спорт - это движение, а движение - это жизнь», а активный отдых способствует развитию физической подготовленности учащихся.

Цели мероприятия

Выявление сильнейшей команды среди учащихся 4 классов.

Задачи мероприятия:

- воспитание у детей чувства коллективизма и положительных эмоций;
- содействовать повышению интереса к активному и здоровому образу жизни;
- развивать интерес к физической культуре.

Возраст участников:

-учащиеся 4 классов.

Ожидаемые результаты:

- Повысят уровень физической подготовки, уровень координации и ловкости
- Научатся работать в команде и добиваться достижение общей цели;
- Приобретут умения определять наиболее эффективные способы достижения результата.

Оборудование:

- конусы(15шт.),
- надувные мячи (9шт.),
- клюшки для флорбола(3шт.),
- мячи для флорбола(5шт.),
- мячи волейбольные(3 шт.),
- мячи футбольные (3 шт.),
- скамейки гимнастические (3 шт.),
- корзинки(3 шт.),
- кубики (24 шт.),
- воздушные шары(6 шт.),
- обручи(3 шт.).

Форма проведения мероприятия

- спортивные эстафеты

Методы мероприятия

В эстафетах в большей степени используется игровой метод.

Ход праздника

Организатор:

Добрый день, наши дорогие ребята, родители!
Праздник ловкости и воли,
Торжествует в нашей школе.
Все хотят соревноваться,
Пошутить и посмеяться,
Силу, ловкость показать,
И сноровку доказать.
Этой встрече все мы рады,
Собрались не для награды.
Нам встречаться чаще нужно,
Чтобы все мы жили дружно!

Сегодня мы собрались в этом прекрасном и светлом зале для того, чтобы провести спортивное соревнование “Веселые старты”, в котором будут принимать участие ребята 4-ых классов.

Под звуки марша судья вводит участников соревнования.

Организатор:

Уважаемые судьи и болельщики, не будьте так строги к нашим юным спортсменам. Перед началом соревнования нужно вспомнить правила, которые никогда не должны нарушать игроки. Проигрывая, ни в коем случае нельзя сердиться, вредничать и обижаться!

Желаю участникам соревнования удачи и успехов, а если кто и проиграет, запомните: у нас нет проигравших – все спортсмены!

Пусть жюри весь ход сраженья
Без промашки проследит.
Кто окажется дружнее
Тот того и победит.

Классы строятся в колонны, отмеченные конусом.



ПРОГРАММА проведения спортивного праздника «Веселые старты»

| Время | Мероприятия |
|-------|--|
| 13:30 | Сбор представителей команд (классные руководители), судейской коллегии на собрании, в спортивном зале МБОУ СОШ 5. Команды должны предоставить заявки на участие в празднике, судьи должны оповестить руководителей о особенностях проведения, рассказать про организационные моменты. |
| 14:00 | Построение команд в спортивном зале СОШ 5 (в 3 шеренге), классы выходят по одному, в порядке 4а, 4б, 4в. |
| 14:05 | Приветствие команд (команды по очереди произносят приветствие) |
| 14:10 | Слово председателей судейской коллегии Слова: Стовбун С.В. |
| 14:15 | ОРУ для разминки (на месте в шеренгах, в которых стоят). Команды разворачиваются в сторону окна, набирают интервал-дистанцию в 1 шаг. Количество упражнений на усмотрение проводящего, не используя слов: «Исходное положение». |
| 14:25 | Распределение учащихся по точкам расположения класса (надпись с номером класса на стене). Участники не должны отходить от места, без приглашения, за дисциплиной следит Стовбун С.В. |
| 14:30 | Начало эстафет, переход участников к точке проведения эстафеты, по приглашению. Команды выстраиваются в три |

| | |
|-------|---|
| | колонны, у конусов, определяющих их место. |
| 14:30 | 1.Эстафета (бег змейкой). Обход конусов, поставленных на пути, до самого последнего, назад возвращаются участники так же змейкой и передает эстафету хлопком. Показывает: Стовбун С.В |
| 14:35 | 2.Эстафета (прыжки на 2-х ногах). Прыжки по прямой, до конуса, затем возвращение назад в колонну в том же задании. Показывает: Стовбун С.В. |
| 14:40 | 3.Эстафета «Сбор урожая». Первый участник держит в руках пустую корзину, по команде бежит до отметки, кладет в корзину кубик и возвращается обратно. Эстафета продолжается до тех пор, пока не будут собраны все кубики Показывает: Стовбун С.В |
| 14:45 | 4.Эстафета (с воздушным шаром). Участники команды стартуют парами, удерживая животами воздушный шар, добегают до финишной отметки и возвращаются к месту старта, передавая шар следующей паре. Показывает: Стовбун С.В |
| 14:50 | 5. Эстафета «Поезд». Команды выстраиваются колоннами перед стартовой линией, а в 10—12 м от каждой из них ставят кегли. По сигналу ведущего капитаны команд, стоящие первыми, бегут к противоположной стороне зала, огибая кегли, возвращаются к своей колонне, но не останавливаются, а «присоединяют» вторых членов команды, которые обхватывают капитанов за пояс. Теперь участники вдвоем пробегают между кеглями и возвращаются за третьим игроком. Точно так же к ним присоединяются третьи и четвертые игроки. Игра заканчивается, когда вся команда, изображающая вагончики поезда (не расцепляя рук), финиширует, т. е. последний игрок пересекает линию старта Показывает: Стовбун С.В |
| 14:55 | 6.Эстафета (флорбол (ведение мяча клюшкой вокруг фишек, до конуса, возвращение назад с выполнением того же приема, передача эстафеты хлопком)); Показывает Стовбун С.В. |
| 15:00 | 7. Эстафета «Посиделки». Участники команд усаживаются на спортивные скамейки в затылок друг другу и передают сидящему сзади игроку мяч. Последний с мячом бежит, садится вперед и снова передает мяч. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах. |

| | |
|-------|--|
| | Показывает: Стовбун С.В. |
| 15:05 | 8. Эстафета (движение с ведением футбольного мяча подошвой). Бег с ведением футбольного мяча до фишки, и возвращение назад с выполнением того же задания. Показывает: Стовбун С.В |
| 15:10 | 9. Эстафета «Кенгуру». Зажав между ногами (выше колен) мяч, двигаться прыжками вперед до ориентира и обратно. Вернувшись, передать эстафету следующему игроку. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, вернуться на то место, где мяч выпал, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету. Показывает: Стовбун С.В |
| 15:15 | 10. Эстафета «Катись, колечко, до моего крылечка». В команде по одному обручу. Ребята должны по очереди катить обруч, толкая его вперед одной рукой до разворота и обратно. Стараться, чтобы обруч не падал на пол. Показывает: Стовбун С.В |
| 15:20 | Построение и подведение итогов (построение у точки расположения класса) В момент, до оглашения победителей, Стовбун С.В проводит заминку. |
| 15:25 | Оглашение результатов; Награждение победителей и участников. |

Организатор:
 Уважаемые ребята, друзья!
 Всем спасибо за вниманье.
 За задор и звонкий смех,
 За азарт соревнования,
 Обеспечивший успех!
 Вот настал момент прощанья,
 Будет краткой наша речь,
 Говорим мы: “До свидания!
 До счастливых, новых встреч!”



Вывод:

Данное мероприятие проводилось для формирования большого интереса учащихся к занятиям физической культурой, мотивации здорового образа жизни, для саморазвития, самосовершенствования личности и повышения уровня здоровья.

Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь

Список используемых источников:

1. Андреева Н.Н.” Весёлые старты”. Физическая культура в школе,- 2008.№2- с.54.

2. Ашмарин Б.А.- Теория и методика физического воспитания: Учебник Б. А. Ашмарин, Ю.А.Виноградов, З.Н.Вяткина - М.:Просвещение,1990.-287с.

3. Волгецкий, Э.И.Опыт организации спортивно массовой работы в школе. Физическая культура в школе.-1991.-№10,-40с

4.URL: <http://fizkultura-obg.ru/veselyie-startyi-dlya-1-4-klassov-stsenariy-meropriyatiya>