**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Самарской области основная общеобразовательная школа с. Заволжье**

**муниципального района Приволжский Самарской области**

**Внеклассное мероприятие для старшеклассников**

**«Весёлые старты»**



Ответственная за здоровьесбережение в ОУ

учитель физической культуры: Антонова Н.Г.

Май 2014

2014 г.

**Содержание внеклассного мероприятия для старшеклассников**

**«Весёлые старты».**

**Цель:**

 1. Совершенствование связи семьи и школы через увлечение родителей  совместными с детьми общешкольными мероприятиями.

2. Пропаганда здорового образа жизни.

3. Сохранение и укрепление здоровья учащихся.

**Задачи:**

1. Приобщение к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом детей совместно с родителями.

2. Содействие пропаганде физической культуры.

3. Содействие физическому развитию школьников.

**Ожидаемый результат:** формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни.

**Материалы и оборудование:**

 Баскетбольные мячи, волейбольные мячи, обручи, гимнастические палки, скакалки. Музыкальный центр, мультимедийный проектор, экран.

Зал украшен плакатами, спортивными газетами и фотографиями о проведённых спортивных мероприятиях, шариками, флажками.

**Форма проведения:** спортивный праздник.

**План проведения:**

В соревнованиях участвуют три команды по шесть человек (3 мужчины+3 женщины). В жюри входят родители, старшеклассники, учителя. Они подсчитывают очки, объявляют результаты, подводят итоги соревнований.

Спортивно – массовое мероприятие « Весёлые старты» включает в себя 11 эстафет и конкурсов различной направленности. Это эстафеты с элементами таких видов спорта, как лёгкая атлетика, гимнастика, спортивные игры. Командам на каждой эстафете или конкурсе начисляются за 1 место-2 очка, за 2 место – 1 очко. Команда - победительница определяется по наибольшей сумме набранных очков.

В начале соревнований,  во время подведения итогов соревнований вниманию зрителей и участников предлагается выступление участников художественной самодеятельности (дуэт). Также зрителям, по ходу соревнований, будет предложен конкурс «Шанс», где можно будет помочь своей команде - ответить на вопросы, связанных с библиотекой. Во время проведения эстафет играет музыка.

**Ход соревнований:**

Чтобы в зале было веселей

Приглашаем мы гостей,

Нам без них никак нельзя!

Мы вас приветствуем, друзья!

Выступление детей с шуточной песней: Высоцкий В.С. «Утренняя гимнастика».

Ведущий: Нам очень приятно видеть Вас сегодня в нашем зале!

Мы начинаем самую весёлую игру – « Весёлые старты»

Наши участники будут соревноваться в быстроте, ловкости, силе, смекалке.

Ведущий: Сейчас мы познакомимся с участниками спортивного праздника. Пришло время познакомиться с участниками праздника. В соревнованиях участвуют 2 команды по 7 человек.

1.Команда родителей и учителей - «Улыбка»

2. Команда старшеклассников - «Улёт»

Наши соревнования обслуживает жюри в составе… (ФИО). Дают напутственные слова участникам соревнований.

Ведущий: Предоставляем слово  командам для приветствия (оно должно быть оригинальным, весёлым, лаконичным).

Ведущий: Итак, с командами мы познакомились, жюри выбрали, напутствия услышали – пора начинать соревнования.

**1. «Разминка»**

С эстафетной палочкой добежать до противоположной стороны зала, огибая кубики, бегом вернуться назад.

**2. Эстафета «Баскетбол»**

Довести мяч до стены, попасть мячом в корзину и вернуться назад.

Примечание: во всех эстафетах обязательно обежать ограничители против часовой стрелки.

**3. Эстафета «С гимнастическими палками»**

 Первый участник становится с гимнастической палкой на вытянутую руку, другой пробегает змейкой под рукой и становится рядом, взявшись за  талию сзади и т.д., когда все участники добегают до линии и выстраиваются змейкой, то всей командой возвращаются обратно.

**4. Эстафета «Каракатица»**

 Один участник держит девушку под руки, они бегут в полуприседе до ограничения и обратно.

**5. Эстафета «Со скакалкой»**

Участники бегут через скакалку, оббегают кубик и возвращаются обратно, передав эстафету следующему.

**6. Эстафета «Жонглирование»**

Участники эстафеты должны выполнить пять подбрасываний двумя мячами в воздухе одновременно, оббежать  вокруг стойки и вернуться обратно.

**7. Конкурс «Отгадай»**

За 3 минуты подготовить и показать статическими и динамическими позами конкретный вид спорта.  Жюри должно отгадать, какой  это вид спорта.

**8. Эстафета  с волейбольным мячом «Пингвины»**

 Участники прыгают на двух ногах, держа мяч между колен.

**9. Эстафета «Дружба»**

 Два участника зажимают баскетбольный мяч грудью и бегут до ограничения и обратно.

**10. «Хоккей с мячом»**

Бежать вперед и с помощью гимнастической палки катить мяч до стойки, обогнуть ее и прикатить обратно.

**11. Номер художественной самодеятельности**

 Каждая команда исполняет песню (о зиме, о лете, о весне и об осени).

Ведущий: Пока подводятся итоги соревнований, предоставляем вашему вниманию конкурс со зрителями. Сейчас я предлагаю Вам ответить на вопросы, и та команда зрителей, которая  даст правильный последний ответ, получит 1 балл.

**12. Конкурс: «Шанс».**

1.Учреждение, собирающее и хранящее произведения печати и письменности для общественного пользования, а также осуществляющее справочно – библиографическую работу.

                                                                                                           (библиотека)

2.Научное описание и систематизация произведений печати и письменности, их выявление и отбор, составление их перечней, указателей и информационных изданий.

                                                                                                         (библиография)

3.Записки, литературные воспоминания о прошлых событиях, сделанные современником о прошлых событиях или участником этих событий.

                                                                                                           (мемуары)        4.Предприятия, осуществляющие подготовку и выпуск печатной продукции: книг, журналов, газет.

                                                                                                          (издательство).

5.Элементарное пособие для общения на иностранном языке

                                                                                                           (разговорник)

**13. Эстафета «Сбор мусора»**

По залу разбросаны воздушные шары. Не трогая шары руками, с помощью совка подцепить один шар, отнести его к стене и вернуться обратно.

**14.** **Эстафета «Ежик с яблоком»**

Каждый следующий игрок кладет в ведерко предыдущему одно яблоко. По очереди, передвигаясь в наклоне, надо перенести по одному яблоку в привязанном к спине пластиковом ведерке. Участник с яблоком в ведерке добегает до отметки, выпрямляется и яблоко выкатывается помощнику в корзину. Участники чьей команды быстрее наполнит лукошко, та команда и выиграет.

**15. Эстафета «Перетягиваниеканата».**

**16.**   **Эстафета «Праздничная»**

Добежать до противоположной стены, взять 1 лист с буквой и вернуться обратно. Эстафета считается законченной, когда команда выстроилась, держа перед собой составленное слово (1 – «экзаменов», 2 – «отличных!»).

Ведущий: Жюри поводит итоги соревнований. Команды строятся на парад награждения. Церемония награждения (вручение грамот победителям и призёрам, награждение сладкими призами). Спасибо за выступление в соревнованиях.

Практическая реализация: разработка используется не только в школе, но и при организации спортивных мероприятий в школах района.

**Протокол соревнований для выпускников «Веселые старты»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Наименование состязания** | **Команда учащихся** | | **Команда учителей и родителей** | |
| **Очки** | **Баллы** | **Очки** | **Баллы** |
| **1** | **“Разминка”** |  |  |  |  |
| **2** | **“Баскетбол”** |  |  |  |  |
| **3** | **“С гимнастическими палками”** |  |  |  |  |
| **4** | **«Каракатица»** |  |  |  |  |
| **5** | **«Со скакалкой»** |  |  |  |  |
| **6** | **«Жонглирование»** |  |  |  |  |
| **7** | **«Отгадай»** |  |  |  |  |
| **8** | **«Пингвины»** |  |  |  |  |
| **9** | **«Дружба»** |  |  |  |  |
| **10** | **«Хоккей с мячом»** |  |  |  |  |
| **11** | **Номер художественной самодеятельности** |  |  |  |  |
| **12** | **Конкурс «Шанс».** |  |  |  |  |
| **13** | **«Сбор мусора»** |  |  |  |  |
| **14** | **«Ежик с яблоком»** |  |  |  |  |
| **15** | **«Перетягиваниеканата»** |  |  |  |  |
| **16** | **«Праздничная»** |  |  |  |  |
| **Итого:** | |  |  |  |  |

Главный судья соревнований: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_,

Члены жюри: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_