План-конспект спортивно-массового мероприятия « Веселые старты»

Форма проведения: соревнование.

Цели:

 1.Укрепление здоровья детей и их родителей.

 2.Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства дружбы.
 3. Сохранение и укрепление здоровья учащихся;
 4. Приобщение школьников к систематическим занятиям физической культурой и различными видами спорта;
 5. Формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:
1. Воспитательная – воспитание у детей бережного отношения к своему здоровью;
2.Образовательная – обучение детей нормам здорового образа жизни, развитие задатков и склонностей к различным видам спорта, формирование и совершенствование двигательных навыков;
3.Оздоровительная – укрепление здоровья учащихся, закаливание организма, содействие физическому развитию школьников, а также профилактика наиболее распространенных заболеваний.

Планируемые результаты:

Предметные результаты:

- формирование отношения детей и их родителей к своему здоровью как к основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- повышение уровня физического, а отсюда – психического и социального здоровья детей;

-соблюдение техники безопасности во время участия в соревнованиях;

- использовать  полученные знания и навыки на соревнованиях.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

-выявление  причин  допускаемых ошибок при выполнении заданий;

-*применение волевых качеств  при  решении поставленных задач.*

Познавательные УУД:

-поиск  информации  по технике выполнения и самостоятельное выявление причин неправильного выполнения прыжка в длину с места;

-нахождение  удобных способов  выполнения данного упражнения.

Коммуникативные УУД:

-умение задавать вопросы по технике выполнения упражнения и принимать участие в их обсуждении;

 -использовать данные  упражнения  в организации активного отдыха.

Личностные результаты:

-уважительное отношение к преподавателю и одноклассникам.

-преодоление страха и умение управлять своими эмоциями.

 -упорство и настойчивость в достижении поставленной цели.

 -умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

 -концентрировать волевые усилия, стремление к победе.

Место проведения: спортивная площадка.

Оборудование и инвентарь:  магнитофон, секундомер, свисток,  стойки (флажки или кегли), мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные), скакалки, обручи, гимнастические маты и скамейки, клюшки.

Оформление: воздушные шары, лозунги-плакаты: “ Спорт – это здоровье”, “Спорт – это успех”, “Спорт – это дружба”, “Спорт – сильнее всех”, “Нет большей победы, чем победа над собой”.

Музыкальное сопровождение: спортивный марш, спортивные песни.

Участники:   из 6-х классов по 10 человек (5 мальчиков и 5 девочек).

Жюри: старшеклассники.

Награждение: победитель награждается  грамотой и подарками.

Содержание:

Спортивно-массовое мероприятие « Веселые старты» включает в себя проведение 10 эстафет различной направленности. Это эстафеты с элементами таких видов спорта как, легкая атлетика, баскетбол, хоккей, гимнастика, футбол. Командам на каждом этапе начисляются за 1 место - 1 очко, за 2 место – 2 очка, за 3 место – 3 очка. Команда победительница определяется по наименьшей сумме набранных очков.
В конце соревнований, во время подведения итогов соревнований вниманию зрителей и участников предлагается выступление участников художественной самодеятельности (танцевальная пара). А также участникам и зрителям по ходу соревнований будет предложено отгадать несколько загадок, связанных с различным видами спорта. Во время проведения эстафет играет музыка.

Ход соревнований:

Ведущий:
Добрый день, дорогие друзья. Мы рады видеть вас. Сегодня состоится спортивный праздник для девочек и мальчиков, обладающих вниманием, волей к победе, выдержкой, смекалкой. К соревнованиям допускаются ловкие, быстрые, не равнодушные к своему здоровью и физическому развитию ребята.
Давайте поприветствуем наших участников. Звучит маршевая музыка. Выходят участники соревнований. Строятся на парад.

Ведущий читает стихи:

Поиграйка, поиграйка
Наш веселый стадион.
С физкультурой всех ребят
Он подружит навсегда
Если хочешь стать умелым
Ловким, быстрым, сильным, смелым.
Научись любить скакалки
Вожжи, обручи и палки,
Никогда не унывай!
В цель снежками попадай,
В санках с горки быстро мчись
И на лыжи становись-
Вот здоровья в чем секрет,
Будь здоров! Физкульт привет!

Ведущий предоставляет слово командам для приветствия. Затем знакомит с составом жюри. Они будут оценивать эстафеты и подводить итоги соревнований.

Ведущий желает успехов участникам соревнований и объявляет о начале эстафет.

1 этап – Бег с эстафетной палочкой до ориентира (кегля) и обратно.
Примечание: обязательно обежать кеглю против часовой стрелки.

2 этап – «Футбол»: бег с ведением футбольного мяча ногой «змейкой» (препятствия - кегли), при возвращении ведение мяча ногой по прямой.
Примечание: стараться не сбивать кегли, за каждую сбитую кеглю присуждается 0,5 штрафного очка.

Ведущий загадывает загадку.
Не обижен, а надут,
Его по полю ведут,
А ударят нипочем,
Не угнаться за \_\_\_\_\_\_\_\_\_(мячом)

3 этап – «Хоккей»: бег с ведением волейбольного мяча с помощью клюшки «змейкой» (препятствия – кегли), при возвращении бег с ведением мяча по прямой.
Примечание: см. 2 этап

4 этап – «Баскетбол»: все игроки команды стоят в колонне руки вверх , по команде передача мяча сверху по поднятым рукам, последний игрок получив баскетбольный мяч выполняет бег с ведением мяча«змейкой» (препятствия – кегли),при возвращении бег с ведением мяча по прямой с последующей передачей впереди стоящему игроку, сам встает впереди колонны.
Примечание: мяч не бросать, а передавать.

Ведущий загадывает загадку.
Два березовых коня
По снегам несут меня,
Кони эти рыжи
И зовут их \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(лыжи)

5этап – «Кенгуру»: прыжки с мячом зажатым между колен.
Примечание: если мяч выпал, продолжать движение нужно с того места, где выпал мяч. Обязательно передача эстафеты задев плечо игрока рукой.

6 этап – «Гимнастика»: бег, подбежав к обручам лежащим на полу, продеть через себя обруч, при возвращении бег по прямой минуя обручи.
Примечание: на полу лежит 3 обруча.

Ведущий загадывает загадку.
Кто на льду меня догонит,
Мы бежим в перегонки,
А несут меня не кони,
А блестящие \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(коньки)

7 этап – «Болото»: игрок держит в руках два обруча, с их помощью необходимо добраться до ориентира, наступая только в обручи, при возвращении бег, обручи в руках.

8 этап – «Тоннель»: игроки команды встают в шеренгу в высокий упор лежа (домик) и образуют «тоннель». Стоящий впереди игрок начинает ползти по «тоннелю» и встает в положение упора лежа последним, за ним ползет следующий и так все игроки, пока первым не станет направляющий.
Примечание: ползти можно любым способом.

Ведущий загадывает загадку.
Просыпаясь утром рано
Вместе с солнышком румяным,
Заправляю сам кроватку,
Быстро делаю \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(зарядку)

9 этап – «Гимнастика»: бег, вращая скакалку вперед и прыгая через нее, при возвращении тоже самое.
Примечание: оббегая ориентир скакалку не вращать.

10 этап – «Гимнастика»: кувырок вперед на гимнастическом мате, бег по гимнастической скамейке, при возвращении бег по прямой.

Ведущий: Пока подводятся итоги соревнований, предоставляем вашему вниманию выступление танцевальной пары. Ребята занимаются в спортивной школе бальных танцев.

Ведущий: Дорогие наши участники и зрители. Наши соревнования подошли к концу. Мне хочется сказать, что все участники соревнований с честью выдержали предложенные им испытания. Какая команда стала самой лучшей, самой быстрой, самой дружной и спортивной? Предоставляется слово жюри.
Жюри подводит итоги, объявляет победителей. Вручаются почетные грамоты и ценные призы.

Ведущий читает стихи:

Всем спасибо за вниманье,
За задор и звонкий смех,
За азарт соревнованья
Обеспечивший успех.
Вот настал момент прощанья,
Будет краткой наша речь,
Говорим мы «До свидания»,
До счастливых новых встреч.