

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная Крутовская школа»

Я ВЫБИРАЮ СПОРТ КАК АЛЬТЕРНАТИВУ ПАГУБНЫМ ПРИВЫЧКАМ

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ



Учитель физической культуры
Копнина Людмила Николаевна

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «Я выбираю спорт как альтернативу пагубным привычкам!»

Цель:

- Формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям физической культурой и спортом, как альтернатива пагубным привычкам

Задачи:

- пропагандировать спорт, как альтернативу негативным привычкам.
- формировать у подростков активную жизненную позицию;
- закреплять знания о видах спорта
- развитие навыков коммуникативного общения

Спортивный зал празднично украшен. Под звуки спортивного марша в зал входят команды.

Ведущий: Здравствуйте, дорогие болельщики и все, кто принимает участие в наших сегодняшних соревнованиях! Добрый день всем! Наши сегодняшние соревнования проводятся в рамках Всероссийской акции «Спорт как альтернатива пагубным привычкам!». Спорт — это жизнь и наш веселый праздник тому подтверждение. Давайте дружно отдадим часть уважения активному здоровому образу жизни и постараемся получить удовольствие от веселых забав, конкурсов и соревнований. Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте, доказывая и зрителям, и себе, что спорт – лучший друг и помощник в деле сохранения здоровья!

Спорт наполняет нас движением,
С ним легким будет каждый день.
Он служит сказочным спасеньем
И побеждает нашу лень.

Давайте же спасем сегодня
Себя от серой суеты.
Пусть спорт подарит нам свободу
От всех болезней и беды!

Уверенной в себе походкой
Он победит печаль и страх
И засияет словно солнце
Улыбка счастья на губах!

Ведущий: Какие же соревнования без судий? *Представление членов жюри.*

Ведущий: Пришло время познакомиться с участниками соревнований. *Каждая команда (состоящая из четырех участников) представляет себя в любой творческой форме (название, девиз, эмблема и т. д.)*

Ведущий: Спорт это счастье, здоровье и смех,
Спорт – это радость и в жизни успех.
Вместе шагаем, нам с ним по пути,
Главное в спорте - здоровым к победе прийти.
Будь то гимнастика или футбол,
Теннис, хоккей, баскетбол, волейбол.
Легкой победы в борьбе ты не жди,
Но до нее постарайся дойти!

Ведущий: И так начинаем спортивные состязания.

1. Конкурс «Разминка»

Без спортивной подготовки
Старты трудно начинать.
Значит надо тренировку
Никогда не забывать.

Перед любыми соревнованиями необходимо провести разминку, т.е. подготовить свое тело к физическим нагрузкам, размять все мышцы, все как у серьезных спортсменов. Сейчас команды одновременно будут проводить разминку под руководством своих капитанов, а мы посмотрим, насколько качественно, эффективно, весело, дружно и согласованно команды подготовят себя к дальнейшему испытанию.

2. Эстафета «Олимпийский факел»

Вопрос: В каких же видах спорта есть эстафеты? (лыжные гонки, биатлон, шорт-трек, санный спорт). Главная эстафета Олимпийских игр? (эстафета Олимпийского огня).
На перевернутый конус кладется мяч. Первый участник бежит до поворотной стойки и обратно. Передает эстафету следующему и т.д.

3. Эстафета «Станция. СОЧИ-2014»

1. Лыжные гонки

Команды построены в колонну по одному. В руках первых игроков гимнастические палки, на ноги одеты импровизированные «лыжи» из пластиковых бутылок. Первый игрок доходит до стойки, огибает ее и возвращается обратно, передавая второму участнику «лыжный инвентарь».

2. «Биатлон»

Ведущий: От каких слов произошло название «биатлон»? (От двух слов: латинского «би» - «два» и греческого «атлон»- «борьба». Иначе говоря – двоеборье). Биатлон - зимний олимпийский вид спорта, сочетающий лыжную гонку со стрельбой из винтовки. Стрельбу из винтовки нам заменят снежки. Перед вами лыжи и корзина со снежками. Ваша задача – надеваете лыжи, скользите до линии стрельбы, кидаете снежок в корзину и скользите обратно. На финише передаете лыжи следующему члену команды.

3. Хоккей

Команды построены в колонну по одному. У первого участника в руках клюшка. По сигналу он ведет теннисный мяч (шайбу) клюшкой, с расстояния 3-5 метров направляет мяч (шайбу) в «ворота» между ножками стула. Назад возвращается, держа в руках клюшку и теннисный мяч.

4. «Кёрлинг»

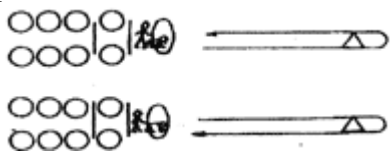
По сигналу судьи участник ведет шваброй теннисный мяч до обруча, лежащего в одном метре от контрольной стойки, вкатив мяч в обруч, со шваброй в руках бежит до контрольной стойки, обегает её и, возвращаясь, передает швабру следующему участнику. Следующий участник со шваброй бежит до обруча, выкатывает теннисный мяч, обводит контрольную стойку, возвращаясь ведением мяча по прямой, передает швабру и мяч следующему участнику.

4. Конкурс «Собери и назови»

Командам выдается разрезанная картинка вида спорта. Задача – как можно быстрее собрать «пазл» и назвать вид спорта.

5. Эстафета с обручем «Спортивная тропа»

Первый участник катит обруч, второй – проползает в него туда и обратно; назад – меняются ролями.



6. Спортивная викторина

Ведущий зачитывает вопросы, команды записывают ответы на листке. После последнего вопроса жюри проверяет ответы

- Тот, кто хочет достигнуть финиша, начинает свой путь со ... (старта)
- Этот спортивный снаряд можно перетягивать на свою сторону. (канат)
- Как называется действие, когда мяч выходит за зону игры? (аут)
- Как называется действие, когда мяч передается одним игроком другому? (пас)
- Как называется игра, в которой играют самым маленьким мячиком? (настольный теннис)
- Страна, открывшая впервые Олимпийские игры. (Греция)
- Название игры, в которой присутствуют две команды, одна сетка и один мяч. (Волейбол)
- В какой игре необходима корзина? (Баскетбол)
- Его стремятся установить спортсмены. (Рекорд)
- Название площадки, на которой соревнуются боксеры. (Ринг)

7. Эстафета «Стрельба из лука»

Мишенью будет обыкновенное ведро, а луком - обычный репчатый лук. Ведро-мишень нужно установить на 5 метров дальше финиша. Луковицы уложите на финишной черте, их число должно соответствовать количеству участников. Первый участник по сигналу начинает движение от старта к финишу. Прибежав к финишной черте, он берет луковицу и бросает ее, стараясь попасть в ведро. После броска он бежит к своей команде, чтобы передать эстафету следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее и точнее забросит луковицы в ведро (за каждое точное попадание можно давать команде дополнительное очко).

8. Эстафета «От одного до четырех»

Первые игроки должны клюшкой провести один мяч метров семь до булавы, ее участник должен обойти и вернуться в свою команду. Вторым игроком ведет уже два пластмассовых мяча, третий - три, четвертый - четыре. Это очень трудно, но увлекательно. Побеждает команда, которой удастся провести большее число мячей.

9. Эстафета «Барьерный бег»

Первый участник принимает положение упора лежа, перпендикулярно команде. Следующий перепрыгивает через него и также принимает положение упора лежа, параллельно предыдущему участнику, за ним третий, четвертый. Так, перепрыгивая друг через друга команда двигается по поворотного пункта. После чего все встают и бегом возвращаются на линию старта.

Ведущий: Судьи были справедливы,
Может, даже и строги,
Но, в конце концов, поверьте,
Все вы были молодцы.

Жюри объявляет итоги. Проводится ритуал награждения победителей.

Ведущий: Спорт это не только рекорды. Это, прежде всего, стартовая площадка в страну здоровья, бодрости, и хорошего настроения. Вот и закончился наш праздник. Пусть мир движений, подарит вам бодрость, здоровье, счастье повседневного общения с физической культурой и спортом! До свидания! До новых встреч!

Под звуки спортивного марша участники выходят из спортивного зала.

Приложение

