

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение-
средняя общеобразовательная школа №5 станицы Старовеличковской

**Сборник сценариев спортивных мероприятий
для учащихся 1-11 классов**

Разработала: учитель физической
культуры МБОУ-СОШ № 5
Болотнова Л.Н.

«Весёлые туристы»

Пояснительная записка

Задачи:

- развить интерес к туризму;
- содействие активному отдыху, укреплению здоровья и физическому развитию учащихся;
- повышение интереса к занятиям физическими упражнениями;
- укрепление чувства коллективизма в классе, дружеских отношений.

Участники:

Участвуют в мероприятии класс-команда 3-4 кл. Учащиеся, освобожденные от занятий по физической культуре, создают группу поддержки для своего класса. На каждом препятствии 10 человек. Состав команды может меняться.

Оборудование и инвентарь:

Музыкальная аппаратура; гимнастическая скамейка (2 шт), валенки(1 пара).

Подведение итогов:

Победитель определяется по наибольшему количеству очков набранных на всех препятствиях. Классы команды награждаются грамотами и сладкими призами.

Безопасность. Ответственность за безопасность учащихся во время проведения мероприятия несут классные руководители и учителя физической культуры.

Ход мероприятия.

Под музыку команды-классы строятся. Приветствует ребят учитель физической культуры. Каждая команда чётко и дружно произносит название команды и девиз. Учитель объясняет, что нужно делать на каждом этапе и раздает маршрутные листы капитанам команд.

Итак, начинаем наш поход!

1 препятствие. «Собери рюкзак»

Команды строятся в колонны. На расстоянии 10 м от каждой команды лежит рюкзак, а рядом вещи. По сигналу судьи первый участник бежит, берёт одну вещь и кладёт в рюкзак. Возвращается обратно. Побеждает команда, которая быстрее уложила рюкзак с наименьшими ошибками.

2 препятствие. «Преодолей болото»

Напротив каждой команды стоит гимнастическая лавочка. По сигналу первый участник подбегает к лавочке, преодолевает её, и остаётся на другой стороне. Как только первый заканчивает выполнять задание, движение начинается второй участник. Побеждает команда, которая быстрее преодолела «болото» через «бревно». Без ошибок.

3 препятствие. «Животные леса»

Перед командами разложены карточки с картинками различных животных, изображением вниз. Каждая команда выбирает 5 карточек. По сигналу судьи первые бегут до фишки, изображая выбранного животного. Побеждает команда, которая быстрее преодолела эстафету и лучше всех изобразила животных.

4 препятствие. «Набрать воды для обеда»

Перед командами стоит ведро с водой. Напротив стоит котелок. В руках первых участников паловник. По сигналу судьи первые черпают воду из ведра, бегут к котелку и выливают воду из паловника. Возвращаются обратно. побеждает команда которая быстрее закончила задание, и у которых в котелке оказалось больше всего воды.

5 препятствие. «Каша из топора»

Каждая команда собирается вокруг стола, на котором посередине рассыпаны горсть разных круп вперемешку.(Звезда). По сигналу ребята должны рассортировать крупы в 3 кучки и сказать название круп. Побеждает команда которая быстрее справилась с заданием.

6 препятствие «Разведи костёр»

Перед каждой командой лежат дрова. Каждая команда выбирает карточку с изображением костра. По сигналу судьи команда должна сложить костёр как на картинке. Побеждает команда, которая быстрее справилась с заданием.

Вот и закончился наш небольшой поход. Команды строятся. Главный судья подводит итоги и награждает победителей грамотами и участников утешительными призами.

День здоровья

«Вдруг, как в сказке...»

Пояснительная записка

Задачи:

- содействие активному отдыху, укреплению здоровья и физическому развитию учащихся;
- повышение интереса к занятиям физическими упражнениями;
- укрепление чувства коллективизма в классе, дружеских отношений.

Участники:

Участвуют в мероприятии класс-команда с 1-11 кл. Учащиеся, освобожденные от занятий по физической культуре, создают группу поддержки для своего класса. На каждой станции участвует 5 мальчиков, 5 девочек. Состав команды может меняться.

Оборудование и инвентарь:

Музыкальная аппаратура; канат, фишки, метла (2шт.), мягкие мячи (20 шт.), кегли (20 шт.), гимнастическая скамейка (2 шт.), подушка (2 шт.), мешки тряпичные (2 шт.), валенки (1 пара).

Подведение итогов:

Победитель определяется по наибольшему количеству очков, набранных на всех станциях. Классы команды награждаются грамотами и сладкими призами.

Безопасность. Ответственность за безопасность учащихся во время проведения мероприятия несут классные руководители и учителя физической культуры.

Ход мероприятия.

Звучит музыка из сказки «Там, на неведомых дорожках...» Учащиеся строятся на площадке. Учитель физической культуры объясняет задание по станциям и капитанам команды раздаёт маршрутные листы.

1 станция. «Приветствие»

На этой станции команды приветствуют друг друга. Учитывается единая форма, плакат о здоровом образе жизни. Дружность приветствия.

2 станция. «Кто кого перетянет»

Участвуют 2 команды по 10 человек. По команде судьи на станции, начинают тянуть канат. Побеждает команда, которая перетянула команду-соперницу.

3 станция. «Полёт Бабы-Яги»

2 команды-участницы по 10 человек строятся в 2 колонны напротив фишек. Каждой команде даётся метла. По сигналу судьи на станции первый игрок садится сверху на метлу и «летит» до фишки и возвращается обратно, передаёт метлу следующему участнику. Побеждает команда, которая быстрее закончит «полёт» на метле.

4 станция. «Орлиный глаз».

Каждому игроку в команде (10 человек) даётся мягкий мячик. Сначала одна команда целится и сбивает кегли, стоящие в 10 м от линии на гимнастической скамейке. Судья расставляет кегли на место. То же делает и другая команда. Выигрывает команда, которая сбивла больше кегель.

5 станция. «Силушка богатырская».

От каждой команды на гимнастическую скамейку напротив друг друга встают участники. Им даётся по мягкой подушке. По сигналу судьи надо сбить противника с лавочки подушкой. Побеждает команда, у которой меньше всех поражений в «бою».

6 станция. «Прыг-скок».

Участвует 2 команды по 10 человек. Каждой команде даётся большой мешок. По сигналу судьи на станции игроки прыгают в мешках до фишки и возвращаются обратно. Вылезают из мешка и помогают следующему игроку залезть в мешок. Побеждает команда, которая быстрее заканчивает задание.

7 станция. «Баба-Яга, костяная нога».

Участвует 2 команды. Каждой команде даётся по 1 валенку очень большого размера. Первые игроки надевают валенок и по сигналу судьи бегут до указанного ориентира и возвращаются обратно. Побеждает команда, которая быстрее преодолела задание.

После выполнения заданий каждым классом-командой на станциях, маршрутные листы передаются главному судье для подведения итогов. Под музыку команды строятся.

Подведение итогов. Награждаются команда победитель и призёры, а также команды участники утешительными сладкими призами.

Вот и сказочке конец, а кто участвовал – молодец!

**к международному женскому дню 8 марта
«А ну-ка, девчонки!»**

Пояснительная записка

Цель: пропаганда спортивно-массовой работы, развитие физических качеств, формирование потребности в соблюдении здорового и правильного образа жизни.

Задачи:

- развитие у учащихся двигательных качеств, таких как: сила, ловкость, быстрота, гибкость и выносливость;
- воспитание чувства коллективизма, товарищества;
- воспитание здорового духа в соперничестве.

Участники соревнований.

Девочки 7-8 классов, допущенные врачом к занятиям физической культурой и спортом. Команда класса 10 человек. Мальчики команд создают группу поддержки для своей команды.

Оборудование и инвентарь.

Музыкальная аппаратура, баскетбольные мячи, волейбольные мячи, теннисные мячи, кегли, веники, обручи, вещи (шарфик, шляпка, кофта, штаны, тапочки, перчатки).

Ход мероприятия.

Под музыку выходят команды девочек и строятся.

Команды приветствует учитель физической культуры. Команды дружно произносят названия команд и девиз.

1 задание. «Чистюльки».

От команды на расстоянии 10 м лежат обручи, внутри обруча находятся вещи (игрушки, книги, тетрадки и т.д.). Надо навести порядок и убрать все вещи из обруча. По сигналу судьи первый бежит до обруча, берёт любую вещь и возвращается. Побеждает команда, которая быстрее закончит задание.

2 задание. «Уборка».

У первых игроков в руках веник, на полу волейбольный мяч. По сигналу судьи надо «домести» мяч до фишки и вернуться обратно. Побеждает команда, которая быстрее всех закончила «уборку».

3 задание. «Горшочек, вари!»

Напротив команды на расстоянии 10 м стоит стол, на столе картинки с овощами и фруктами и кастрюлька. Надо из предложенных картинок выбрать те продукты, из которых готовят борщ. По сигналу судьи первый игрок бежит к столу, выбирает картинку, кладёт в кастрюльку и возвращается обратно. Побеждает команда, которая быстро и правильно закончила приготовление.

4 задание. «Сервировка стола».

В руках первых игроков поднос, на котором большой теннисный мяч. По сигналу судьи первый игрок бежит до фишки с подносом и мячом, оббегает и возвращается. Главное – не уронить мяч.

5 задание. «Бусики».

В руках у первого участника обруч, на полу баскетбольный мяч. По сигналу судьи игроки с помощью обруча докатить мяч до фишки и обратно и передать следующему.

6 задание. «Кутюрье».

Напротив каждой команды на расстоянии 10 м стоит мальчик. Рядом стул с различными вещами. Необходимо одеть мальчика. По сигналу судьи первый участник бежит до мальчика, надевает на него любую вещь и возвращается. Побеждает команда, которая быстрее других одела мальчика.

7 задание. «До свиданья, гости дорогие!»

По сигналу судьи первые двое участников бегут до фишки, первый остается, второй возвращается, забирает третьего игрока, и вместе они бегут до первого. И так, пока вся команда не будет на другой стороне.

Подведение итогов. Награждение.

СЦЕНАРИЙ

военно-спортивной игры «Зарница» в 5 –8 х классах

I. Цели и задачи:

- Способствовать сохранению и укреплению традиций, связанных с патриотическим воспитанием школьников в рамках военно – спортивных игр
- Популяризация военно-спортивных игр;
- Воспитание у учащихся чувства уважения к Российской Армии и ее традициям;
- Воспитание коллективизма и взаимовыручки;
- Привитие навыков здорового образа жизни, физического развития подростков.

II. Время и место проведения:

1. Игра проводится « ___ » _____ 20__ г
2. Место проведения спортивная площадка МБОУ СОШ № 5
3. Время:

III Условия проведения и требования к участникам.

Военно – спортивная игра проводится на территории МБОУ СОШ № 5 в течение одного учебного дня.

К участию в игре «Зарница» допускаются учащиеся, не имеющие медицинских противопоказаний на момент проведения игры.

Ученики непосредственно не участвующие в игре «Зарница» присутствуют в качестве зрителей, болельщиков, помощников классных руководителей по поддержанию дисциплины и порядка.

Для участия в игре формируются команды по 10 человек – учащихся 5-8 классов и классный руководитель (работник школы)

Форма одежды (единая для команды) – закрытая обувь, отличительный головной убор.

Каждая команда имеет при себе: тетрадку, ручку.

При подведении итогов оценивается общее время прохождения дистанции, набранное количество баллов, штрафные очки.

На каждом этапе стоят наблюдатели учащиеся 10 класса, а так же учителя школы, которые оценивают выполнение заданий командами. Набранные баллы и штрафные очки с подписью наблюдателей выставляются в лист движений команды.

На старте каждая команда получает карту движения и должна двигаться в соответствии с картой. За нарушение последовательности этапов жюри может предусмотреть штрафные баллы.

IV. Порядок организации и проведения.

Организация проведения игры «Зарница» возлагается на заместителя директора по воспитательной работе, преподавателя организатора ОБЖ, классных руководителей, учителей физической культуры.

Преподаватель ОБЖ готовит командиров отрядов по линии военного дела, действиям в чрезвычайных ситуациях.

Учителя физкультуры готовят команды к спортивным мероприятиям.

Классные руководители отвечают за контроль по подготовке к игре, явке школьников на игру, соблюдение техники безопасности, состояние дисциплины, эмблемы, форму.

V. Основные этапы игры «Зарница»

Парад-построение участников, сдача рапортов

Рапорт: «Товарищ преподаватель ! Команда (название команды) к проведению военно- спортивной игры «Зарница» готова. Капитан команды _____» (команды могут представлять любой род войск: танкисты, разведчики, пограничники, моряки и т.д.)

Первый рубеж. Найти карту. Команда должна найти в здании школы туристскую карту своего класса, на которой нарисован маршрут движения. Карта находится в одном из учебных кабинетов. Все кабинеты закрыты, и у дверей стоят учащиеся 10 класса. Чтобы узнать, находится ли карта того или

инога класса в данном кабинете, нужно ответить на вопрос по тому предмету, к дверям кабинета которого подошла команда. Если команда отвечает на вопрос правильно, судья-десятиклассник сообщает ему, есть туристская карта в этом кабинете или нет. Если карты нет, то команда продолжает поиски. В случае неправильного ответа команда могут воспользоваться помощью класса, но для этого им нужно выйти из здания школы к одноклассникам. Пять команд, первыми нашедшие свою карту, зарабатывают 10 очков, остальные — 5.

На туристских картах нанесено определенное количество КП: пятиклассникам необходимо найти 5 КП и списать с них информацию, шестиклассникам — 6 КП, семиклассникам — 7 КП и восьмиклассникам — 8 КП. Каждый КП представляет собой лист плотной бумаги формата А-4 или чуть больше. На нем в верхнем правом углу написано, например, КП 1. А в нижнем левом углу листа для каждой параллели классов написано определенное слово, например для пятиклассников — «Семь», для шестиклассников — «Каждая» и т.п.

Из вписанных в карточку участников слов ученики должны составить пословицу: для V класса — «Семь раз отмерь — один отрежь»; VI — «Каждая дорога ведет в две стороны»; VII — «Когда ветер дует на одинокое дерево, оно ломается»; VIII — «Не глотай не прожевавши, не болтай не подумавши». На каждом КП, кроме того, участники-топографы получают вопросы по топографии: на двух-трех КП по заданию судей нужно нарисовать определенный топографический знак, а на остальных КП, наоборот, расшифровать нарисованный знак. Судьями на всех КП являются юноши из X класса — по двачеловека на каждом КП.

Второй рубеж. «Метание гранаты во вражеский дзот».

Метание гранаты в цель(в корзину): мальчики метают , стоя на одном колене. За каждое попадание 1балл.

Третий рубеж. «Заражённая зона».

Судья на рубеже даёт команду «газы», все участники надевают противогазы и после этого преодолевают бегом «заражённую зону» шириной 10-20м

Четвёртый рубеж. «вынести пострадавшего из заражённой зоны»

На пострадавшего надевают противогаз и выносят из зоны «заражения» на рука

способом «замок». Трое , надев противогазы на себя, несут его 20-25 м. за правильное выполнение задания 10 баллов.

Пятый рубеж. Первая медицинская помощь.

Требуется оказать первую медицинскую помощь пострадавшему, которого принесли с 4 рубежа. перебинтовать голову, наложить шину на ногу.

Лекарственные травы

Знать лекарственные травы и их применение. За каждое правильное название лекарственного растения и его применения по баллу.

Шестой рубеж. Снайперы Этот этап предполагает стрельбу из пневматической винтовки. Участвуют по 2 человека от команды. У каждого из них по 2 выстрела. В маршрутный лист выставляется количество выбитых очков на мишени.

Седьмой рубеж. Конкурс «Страницы истории отечества» - 2 человека.

Участники отвечают на три вопроса по разделам:

- а) «Военная история своего района»
- б) «Военная история Краснодарского края»
- в) «Военная история России»

За каждый правильный ответ-1 балл.

Восьмой рубеж. Строевая подготовка

Участвует команда от класса: 9 в строю и 1 командир.

После команды начштаба: «К строевому смотру приступить!» Командир выстраивает команду и команда приступает к отработке строевых приёмов «Равняйся, смирно! Вольно! Разойдись!» ; «В одну шеренгу, становись! По порядку номеров рассчитайсь!» Далее идут повороты направо, налево, кругом. Расчёт на «первый-второй» перестроение из одной шеренги в две, движение строевым шагом в составе отряда в обход по площадке с песней.

Девятый рубеж. КОНКУРС «Дорога без опасности» - 3 человека.

зачет по правилам дорожной безопасности, обязанности пешеходов, пассажиров и велосипедистов в объеме школьного курса ОБЖ.

Подведение итогов, награждение.

Сценарий праздника

«Час спортивных аттракционов»

Цель: пропаганда спортивно-массовой работы, развитие физических качеств, формирование потребности в соблюдении здорового и правильного образа жизни.

Задачи:

- развитие у учащихся двигательных качеств, таких как: сила, ловкость, быстрота, гибкость и выносливость;
- воспитание чувства коллективизма, товарищества;
- воспитание здорового духа в соперничестве.

Участники соревнований.

учащиеся 5-7 классов, допущенные врачом к занятиям физической культурой и спортом. Команда класса 10 человек. Остальные создают группу поддержки для своей команды.

Место и дата проведения.

Соревнования проводятся на спортивной площадке МБОУ-СОШ № 5.

Оборудование и инвентарь.

Музыкальная аппаратура, теннисные мячи, обручи, верёвки, мячи, табуретки, стулья. Кольца для метания.

Ход мероприятия.

1 Аттракцион. «Забрось в ведро». Ведро подвешивается на высоту 1-1,5 мот земли. Один конец веревки привязан к столбу, другой держит контролёр и раскачивает ведро в горизонтальной плоскости. Участник, находясь в 3-5 метрах от него пытается забросить в качающееся ведро теннисный мяч.

2. Аттракцион. «Богатырский удар». В землю слегка вбиваются деревянные колышки высотой 15-20 см городошной палкой участник одним ударом должен полностью забить клин в землю.

3. Аттракцион. «Пролезть в обруч». Гимнастический обруч, поставленный на землю, привязан с двух сторон к столбам. Стартующий стоит в 5-7м лицом к обручу. Ему завязывают глаза и предлагают сделать 4-6 поворотов кругом. После этого он идёт вперёд и пытается пролезть в обруч

4. Аттракцион. «Попади». Участник ударом ноги по лежащему мячу с 5-11м должен попасть в большой ящик, укрепленный на земле.

5. Аттракцион. «За двумя зайцами». Участник, взяв в каждую руку по мячу разного цвета, принимает положение: ноги врозь, руки в стороны. Не сходя с места, не приседая и не наклоняясь, он должен поймать мячи после одновременного удара ими о землю, причем мяч, брошенный правой рукой, надо поймать левой и наоборот.

6. Аттракцион. «Тир». На верёвочке на уровне роста участников подвешиваются 3 предмета разного размера. Броском с 8-10 м теннисным мячом участник должен поразить мишень.

7. Аттракцион. «Меткий бросок». Набросить кольцо на неподвижную мишень – вещь нехитрая. Куда сложнее становится задача, если мишень находится в движении. Двое участников стоят напротив друг друга на расстоянии 4-5 м. у каждого подвязана палка, возвышающаяся над головой примерно на 30 см. у каждого по пять лёгких колец. Диаметр колец 25-30см. нужно выбрать удобный момент, чтобы набросить на палку-мишень «противника». Упавшие кольца метатели подбирают сами и снова пускают их в ход.

8. Аттракцион. «Четыре кольца». У участника в руках 4 кольца, диаметром 20 см. напротив участника, на расстоянии 4-5м стоят 2 табурета, причем второй перевернут вверх ножками и поставлен на другой. Требуется накинуть кольца на все четыре ножки табуретки.

9. Аттракцион. «Над стулом». Участник садиться на стул, опирается одной рукой о сиденье, а другой о спинку так, чтобы можно было повиснуть в си-

дичем положении. Требуется перенести ноги назад между руками и встать на пол за стулом. Ноги нужно пронести над стулом, не задев его.

Мероприятие не предусматривает победителей, носит развлекательный характер.