

Внеурочного мероприятия для учащихся 1-4 классов «Самый самый»

Составитель:
учитель физической культуры:
Белешова Е.А.

Цели:

- формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни и потребностей школьников в бережном отношении и укреплении своего здоровья;
- пропаганда здорового образа жизни;
- формирование положительного отношения к занятиям спортом.

Задачи:

Образовательные:

- способствовать всестороннему, гармоническому, физическому развитию школьников;
- вооружить учащихся знаниями, умениями и навыками участия в массовых спортивных мероприятиях;
- активизировать участие в общественной жизни и умения самостоятельной организации активного отдыха;
- воспитывать положительные качества личности, прививать нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в досуговой и соревновательной деятельности;
- формировать потребность к здоровому образу жизни

Воспитательные:

- укрепление здоровья;
- развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- воспитание чувства коллективизма и взаимопомощи, самодисциплины, воли, внимания.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование и инвентарь:

Стол, 2 стула, рулетка, гимнастический коврик, линейка, 2 обруча, 2 кубика, 2 гимнастические палки, 1 скакалка, мишень, 3 теннисный мяч, фишки (жетоны) различных цветов

Жюри:

Главный судья соревнований: учитель физической культуры

Судейская коллегия состоит из учащихся 9-11-х классов.

2 ведущих из 9-11 классов

Участники соревнований:

Учащиеся 1-4 классов, классные руководители 1-4 классов.

Ход мероприятия:

На мероприятие по графику, в определенное время приходят классы (1- 2 классы в 12.00, 3-4 классы в 13.00)

Ведущий 1

-Здравствуйте дорогие ребята. Сегодня мы встретились на нашей игровой программе «Самый самый». Сегодня у нас программе много состязаний, в которых я просто уверен, каждый проявит свою ловкость, силу, быстроту, гибкость, сноровку, меткость, а самое главное командный дух.

Ведущий 2. Ребята, а что обозначает слово «рекорд»? (ответы детей)

В переводе с английского языка слово «рекорд» обозначает высший показатель ...

Ведущий 1. Вы наверно слышали о «Книге рекордов Гиннеса»? (ответы детей)

Ведущий 2. В книге можно найти самые интересные и необычные рекорды в разных номинациях.

Ведущий 1. В нашей школе тоже много ребят, которые помогут стать их классу рекордсменами, и сегодня мы с вами попробуем написать свою собственную книгу рекордов. Хотите?

Ведущий 2. Но для этого нужно ваше внимание, терпение, упорство и, конечно, дисциплина.

Ведущий 1. Впереди у вас великие победы и новые рекорды! Но помните, для того чтобы установить новые рекорды, необходимо усердно тренироваться, активно участвовать в спортивной жизни, ведь только лучшие из лучших попадают на пьедестал почета.

Ведущий 2. Итак, начинаем нашу игру «Рекорды школы». Сегодня вам предстоит пройти 7 испытаний. Каждый класс будет ходить по станциям, соревноваться с параллельными классами в силе, ловкости, быстроте, прыгучести, меткости и сноровке.

Ведущий 1. Каждый участник проходит по станциям и собирает фишки, которые будет давать вам наши судьи на станциях. На каждой станции будут фишки разных цветов. Каждый из вас может участвовать на любой станции несколько раз и заработать тем самым больше фишек для своей команды.

На прохождение всех станций вам дается 40 минут. По сигналу главного судьи соревнования заканчиваются. После свистка вам необходимо поместить все ваши «рекорды» (*фишки*) в «Книгу Гиннес» вашего класса (*папка с обложкой в виде книги рекордов*), находящуюся у вашего классного руководителя.

После окончания игры будут подведены итоги и выявлены:

- ✓ Самый сильный класс
- ✓ Самый прыгучий класс
- ✓ Самый гибкий класс
- ✓ Самый умный класс
- ✓ Самый меткий класс
- ✓ Самый быстрый класс
- ✓ Самый ловкий класс

Все итоги будут сообщены вам на линейке.

Ведущий 2. Успехов всем! Вперед к новым рекордам!!!

Учитель физической культуры проводит инструктаж по правилам поведения и технике безопасности на соревнованиях.

Главный судья. На старт! Внимание! Марш!

Станции:

1. **«Самый сильный.»** В данном состязании одноимённые руки соревнующихся ставятся на стол и ладони сцепляются в замок. Задачей соревнующегося рукоборца является прижатие руки противника к столу. Тот, кто выиграл получает 2 фишки (жетона), проигравший 1 жетон.

2. **«Самый прыгучий»** Участнику необходимо выполнить прыжок в длину с места на определенное расстояние. В зависимости от дальности прыжка участник получает от 1 до 3 жетонов.

3. **«Самый гибкий»** На полу располагается гимнастический коврик. Участник садится на коврик, принимает исходное положение – сед ноги врозь и выполняет наклон вперед. Задача участника выполнить наклон как можно дальше, чтобы получить больше жетонов (от 1 до 3).

4. **«Самый меткий»** Участнику необходимо выполнить 3 броска теннисного мяча в мишень. В зависимости от количества попаданий участника в мишень он получает жетоны (от 1 до 3).

5. **«Самый быстрый»** Два участника соревнуются между собой в челночном беге. По команде участники берут кубик и бегут с ним к обручу, который расположен на центральной линии спортзала, и оставляют кубик в

нем, затем возвращаются обратно. Тот, кто пробежит дистанцию быстрее, выигрывает и получает 2 фишки, проигравший за участие получает 1 фишку.

6. **«Самый ловкий».** Два участника соревнуются между собой в наматывании скакалки на гимнастическую палку. Выигрывает тот, кто быстрее намотает скакалку до ее середины. За победу участник получает 2 жетона, за проигрыш 1 жетон.

7. **«Самый умный».** Участникам задаются вопросы на тему физической культуры и спорта. Если участники отвечают правильно, то они получают за каждый правильный ответ 1 жетон.

Подведение итогов соревнования и награждение.

Все результаты оформляются в таблице и вывешиваются в школе. Жюри объявляет окончательные результаты по каждой параллели и каждой номинации отдельно на линейке.

Класс - команды награждаются призами и грамотами.