**1.1.**

**«Утверждаю»**

**Дирекрор МКОУ «Мюрегинская СОШ»**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (Арслсналиев К.М.)**

**Муниципальное казённое учреждение**

**«Мюрегинская СОШ»**

**Методическая разработка**

**внеклассного мероприятия**

**«Веселые старты»**

**для  учащихся 5-х классов**



**Составил учитель физической культуры: Гамидов М.А. «Почётный работни общего образования Р.Ф.»**

**2020 год**

**Программа**

**I. Цели и задачи:**

1. Популяризация здорового образа жизни.
2. Привлечение учащихся к занятиям физической культурой и спортом.
3. Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой.
4. Воспитания чувства товарищества, коллективизма.

**II. Руководство проведения праздника.**

Непосредственное руководство возлагается на учителя физкультуры.

**III. Участники.**

Ученики 5-х классов

Состав команды 8 человек (5 мальчиков и 4 девочек)***.***

**IV. Дата, место и время проведения.**

- 26.09.2020 г.

- Спортивный зал МСШ.

- Начало в 15.00

**V. *Оформление зала:***

1) плакаты с правилами для игроков;  
2) плакаты с названиями команд;  
3) стол для атрибутов к соревнованию.

4) стол для членов жюри

**V. Инвентарь:** обручи, мячи (волейбольные, баскетбольные), конусы

**VI. Определение по6едителей**.

 Команда, набравшая наибольшее количество очков объявляется победительницей.

**VII. Награждение.**

Команда, занявшая первое место и команды призеры, награждаются грамотами и ценными призами.

Ход мероприятия.

*Команды строятся у входа в зал и под музыку (марш “ Eсли хочешь быть здоров”) выходят за ведущим на середину зала перед зрителями.*

***Ведущий:***Здравствуйте,  дорогие ребята,  уважаемые родители,  гости! Нам очень приятно видеть всех  Вас сегодня в нашем спортивном зале! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных,  и самую спортивную из всех весёлых игр – «Весёлые старты!». И наш спортивный зал превращается в весёлый стадион! Участники соревнований буду состязаться в силе, ловкости, смекалке и быстроте.

Спорт – это здоровье!

Спорт – это крепкие мышцы!

В спорте во все времена

Воля стальной быть должна!

Спорт в жизни каждого человека очень необходим. Ведь не зря говорят, что человек должен быть красив и духовно, и физически.

***Ведущий:*** Молодцы ребята! Вот теперь пора отправляться за победой. Для начала я предлагаю участникам распределиться по командам, объявить название своей команды, назвать капитана.

Построение команд, приветствие.



Вступительное слово главного судьи, представление судей, жюри.

Сдача рапорта командами, девиз.

Разминка.

*(Учитель по физической культуре проводит разминку)*

***Разминка:*** Построение, бег по кругу, бег приставным шагом, прыжки на правой и на левой ноге. Ритмическая гимнастика.

***Ведущий:*** Перед началом наших  «Веселых стартов» я хочу также обратить внимание на наши правила.

(Правила записаны на плакате.  Ведущий по очереди с физическим руководителем зачитывают их)

КЛЯТВА

- Участвовать в соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят, и уважая заведомо слабого соперника;

- Клянемся бежать только в строго указанном судьей направлении – шаг вправо, шаг влево считается попыткой к бегству;

- Клянемся передвигаться только на тех конечностях, которые разрешают правила;

- Клянемся соблюдать олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее», что значит: быстрее ветра не бежать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника судья не бить;

- Клянемся не прыгать в ширину и не нырять в глубину;

- Клянемся использовать спортинвентарь строго по назначению – гирями более 16 кг в соперника не бросать;

- Клянемся подножки сопернику не подставлять, упавших не добивать;

- Клянемся громче соперников не кричать, кроссовками в них не кидать;

- Клянемся не подраться из-за первого приза, но победить любой ценой.

***Ведущий:***Ну вот, все формальности закончены, можно начинать. Итак, участники, к конкурсу приготовиться.

*1 эстафета.*

**Эстафета «Быстрые ноги».**

Добежать до противоположной стороны зала, и вернуться обратно, передаём эстафетную палочку партнёру.



*2 эстафета.*

**Эстафета «Прыжки на обеих ногах, руки на пояс»**

По команде марш, прыжками ( ноги вместе ) дойти противоположной стороны зала, и вернуться обратно, передаём эстафету партнёру.



*3 эстафета****.***

**Эстафета «Меткий бросок».**

Ведение баскетбольного мяча, броски мяча в баскетбольное кольцо ( учитывается количество попаданий)



*4 эстафета.*

**Эстафета «Посадка картофеля»**

По команде судьи внимание марш! направляющий берёт два мяча, бежит в противоположную сторону зала и кладёт мячи в обруч, бежит обратно и передаёт эстафету следующему, тот в свою очередь бежит и забирает мячи и передаёт следующему и.д.. Выигрывает команда выполнившее задание первой.





*5 эстафета.*

**Эстафета «Бег по лабиринту»**

По команде судьи внимание марш, направляющий бежит по лабиринту в противоположную сторону зала, касается рукой стены и бежит обратно, передаёт эстафетную палочку следующему. Выигрывает команда выполнившая задание первой.

****

*6 эстафета.*

**«Передача мяча над головой»**

По команде судьи внимание марш, направляющий берёт мяч с пола и передаёт сзади стоящему через голову, замыкающий получив мяч бежит вперёд и передаёт следующему и т.д пока направляюший не станет на своё место. Выигрывает команда выполнившая задание первой.

**

**Эстафета «Бег по тунели»**

По команде судьи внимание марш, впереди стоящий бежит сквозь обручи в противоположную сторону зала, касается стены, бежит обратно и передайт эстафету следующему и т.д.. Выигрывает команда выполнившая задание первой.

****

**- Построение**

**- Подведение итогов**.



**- Награждение команд**.

Команды награждаются грамотами за I, II и III места и сладкими призами.

*Ведущий:* Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою спортивную подготовленность. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Ещё раз поздравляем победителей соревнований! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и таланты! До свидания, до новых встреч!!!