

*Чистатова Наталья Сергеевна,
учитель физической культуры,
МБОУ-СОШ №36 имени М.П. Одинцова
г. Екатеринбург*

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА «ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ, ПОСВЯЩЕННЫЕ
«ДНЮ КОСМОНАВТИКИ»**

ПОЛОЖЕНИЕ о проведении соревнований «Веселые старты» среди обучающихся начальной школы посвященные Дню космонавтики

1 Общие положения

1.1 Настоящее положение определяет цели, задачи, порядок и условия проведения «Веселых стартов», среди обучающихся начальной школы МБОУ-СОШ № 36 имени М.П.Одинцова.

1.2 Общее руководство соревнованиями осуществляет МО учителей физической культуры.

1.3 Участниками спартакиады являются обучающиеся начальной школы МБОУ-СОШ № 36 имени М.П.Одинцова.

1.4 За непосредственное проведение отвечает судейская коллегия.

1.5 Судейская коллегия правомочна вносить дополнения в программу соревнований, утвердив все изменения на своих заседаниях.

2 Цели и задачи

Привлечение детей к систематическим занятиям физической культурой и спортом, повышение мотивации к физкультурно-оздоровительным занятиям и популяризация здорового образа жизни.

2.1 Пропаганда и популяризация подвижных игр.

2.2 Укрепление здоровья обучающихся.

2.3 Повышение двигательной активности, повышение интереса к занятиям физической культурой.

3 Порядок организации и проведения соревнований

3.1 Соревнования проводятся в период 15.04. 2019 в соответствии с программой.

3.2. К участию в соревнованиях допускаются обучающиеся определённой параллели, имеющие допуск врача.

3.3. Все участники соревнований в обязательном порядке имеют порядковый номер участника, выступление только в спортивной форме.

4 Сроки, место проведения, расписание соревнований

4.1 Соревнования проводятся 15 апреля 2019 г.

4.2 Начало соревнований в 14.00 ч.

4.3 Место проведения: МБОУ-СОШ № 36 имени М.П. Одинцова.

4.4 Расписание соревнований:

15 апреля: 14.00 - 4 классы

15 апреля: 15.00 - 3классы

5 Руководство соревнованиями

Руководство соревнованиями «Веселые старты» и непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию.

6 Участники соревнований

Заявки на участие в соревнованиях, заверенные медицинским работником, подаются в судейскую коллегию в день старта.

В состав команд допускаются обучающиеся определённой параллели.

Стартовый состав команды: 8 мальчиков (возможен допуск к соревнованиям девочек). Программа проведения эстафеты прилагаются.

7 Подведение итогов

7.1 Суммируются полученные баллы всех эстафет, и выводится среднее арифметический балл.

7.2 Побеждает команда, получившая наибольший средний балл.

8 Награждение

Победителю вручается диплом МБОУ-СОШ № 36 имени М.П. Одинцова Кировского района г. Екатеринбурга. Призёры получают дипломы МБОУ-СОШ № 36 имени М.П. Одинцова Кировского района г. Екатеринбурга.

Программа соревнований

Общие положения

1. В соревнованиях участвует сборная команда класса.
2. В соревнованиях участвуют не более 10 человек.
3. Стартовый состав команды на каждую эстафету 8 человек.
4. Замены ограничены и разрешаются **только из запасных участников (2 мальчика и 2 девочки)**.
5. Все участники выступают в спортивной форме и обуви.

Правила выполнения эстафет

1. Старт во всех эстафетах от ближайшей к команде линии нападения волейбольной площадки - «линия старта». Финишем служит линия старта. Участники стартуют по одному.
2. Первый участник, закончивший выполнение эстафеты на своем этапе, встает за последним участником, за ним второй и т.д.
3. Нарушение штраф-12 сек., как невыполнение программы эстафет.
4. Всего эстафет 7 и конкурс капитанов.
5. Передача эстафеты следующему игроку: касание, хлопок по руке, по плечу.
6. Место команды определяется по количеству баллов всех эстафет, выводится среднеарифметический балл. Побеждает команда, получившая наибольший средний балл.

Веселые старты

(посвященные Дню космонавтики)

Цель: расширить знания учащихся о космонавтике; развивать творческие способности; воспитывать чувства взаимопомощи и умение работать в коллективе.

Оборудование: мячи, скакалка, обручи, лист бумаги, гимнастические палки.

Ведущий 1: Добрый день, дорогие ребята. Сегодня конкурс будем вести мы Солодовников Никита, Гумроян Гагик. Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня в нашем спортивном зале! Наши соревнования: «Веселые старты» посвящены большому событию.

Ведущий 2: 12 апреля ежегодно, начиная с 1961 года, отмечается как день авиации и космонавтики. Этот день посвящен открытию космической эры.

Этим человеком был Юрий Алексеевич Гагарин. Он на космическом корабле "Восток" облетел вокруг земного шара.

Ведущий 1: Давайте представим, что вы - юные космонавты. Как вы думаете, какими качествами должны обладать космонавты?

Ответы детей: Смелые, сильные, выносливые, умные.

Ведущий 2: правильно, поэтому экипажи должны пройти спец. подготовку, т.е. пройти ряд испытаний.

Ведущий 1: Но это, же соревнования, и какое соревнование без жюри.

Разрешите представить компетентное жюри. За каждое правильно выполненное задание команда получает 2 балла, если есть нарушения, или ошибки минус 1 балл.

Ведущий 2: В соревнованиях принимают участие команды

Ракета и Спутник.

Командам занять свои места. Команды, готовы?

В космическое путешествие отправляется команда:

«Комета» девиз: - У «Кометы есть девиз» - никогда не падать вниз.

«Ракета» девиз: - Мы, сильные, смелые, быстрые, и ракета наша летит до луны.

Итак, вы готовы? Мы начинаем.

1-е. испытание «Кто быстрее»

И.П. Вся команда стоит в колонну друг за другом. Капитан с мячом в руках. На расстоянии 12 м от линии старта стоит фишка. По команде участник бежит к фишке оббегает ее и бежит обратно передает мяч следующему игроку, сам встает в конец колонны. Отсчет времени начинается по команде «Марш!» и заканчивается, когда последний пересечет линию старта.

2-е. Испытание "Бег с препятствиями"

И.П. то же. Капитан стоит на линии старта. На расстоянии 6 м. лежит скакалка. По команде «Марш», он бежит до скакалки, берет скакалку и делает 5 прыжков через нее, кладет скакалку, оббегает фишку, бежит обратно и хлопком по руке передает эстафету второму и т. д.

Примечание: И.П. перед прыжками - скакалка сзади.

3-е. Испытание "Комета"

Ведущий: Комета - это небольшое космическое тело, состоящее из льда, пыли и камней.

И.П. то же. На расстоянии 3м от линии старта лежит обруч в нем 3 кубика на расстоянии 6 м. от линии старта лежит обруч. По команде «Марш», капитан бежит к 1 обручу, берет один кубик и кладет его в обруч 2, возвращается, берет второй кубик, переносит его и т.д. положив в обруч 2 третий кубик, оббегает фишку и бежит обратно хлопком по руке передает эстафету.

Примечание: кубик должен находиться обязательно в обруче. Бросать кубик нельзя. Если кубик вылетел из обруча, участник должен положить его обратно в обруч.

4 Испытание "Солнце"

Ведущий: Солнце - это звезда, самая близкая к Земле. Это гигантский шар из раскаленных газов. Утром солнце всходит на востоке, а вечером садится на западе.

И.П. Вся команда стоит в колонну друг за другом. Капитан с мячом в руках. По сигналу над головой передаем мяч назад, начиная с капитана. Последний бежит с мячом вперед колонны и также передает мяч назад. Игра продолжается до тех пор, пока капитан не вернется на свое место.

Конкурс капитанов «Полет во вселенную»

Ведущий объявляет, что « - Наша школа носит имя знаменитого летчика героя Советского Союза Михаила Петровича Одинцова и сейчас капитаны каждой команды продемонстрируют знания самолетостроения и высшего пилотажа»

Капитаны команд встают к стартовой линии с листом бумаги А4 по команде складывают самолет и запускают его, побеждает капитан, у которого самолет улетит дальше

5 - испытание.

И.П. то же. По команде «Марш!» бежит до стула, который стоит на расстоянии 6 м от линии старта, прокатывает под ним мяч, ловит его и оббегает фишку. Возвращается обратно бегом, и хлопком по руке передает эстафету второму участнику и т.д.

6 – испытание Пролезь через обручи

И.П. то же. На расстоянии 3м от линии старта лежат 3 обруча. По команде «Марш!» первый участник должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Тоже самое со вторым и третьим обручем.

Оббегает фишку и возвращается обратно, хлопком по руке передает эстафету второму участнику и т.д.

7 - испытание

И. П. то же. Через каждые 1,5 м выставлены фишки, у капитана в руках мяч и гимнастическая палка. По команде «Марш!» капитан кладет мяч на пол и палкой ведет мяч вокруг фишек. Обведя последнюю фишку, берет мяч в руки и возвращается обратно, передает эстафету второму участнику и т.д.

Ведущий: Вот и закончилось наше последнее испытание, слово предоставляется жюри. Сегодня мы получили заряд бодрости, радости, а это самое главное. Мы поздравляем участников игры, ведь самое главное не победа, а участие. И еще то, что мы с вами вместе.

Спасибо за внимание!