Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

гимназия №1 имени М.И.Пенькова

г. Миллерово

**Методическая разработка**

**внеурочного мероприятия для учащихся 1-4 классов "Самый самый"**

Составитель: учитель физической культуры:

Сухоруков Павел Юрьевич

Наставник: учитель физической культуры:

Стрельцов С.И.

**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 (к примеру 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 3жетонов.
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 1до 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.