Комендант Наталья Анатольевна учитель физической культуры Тверская область, город Кимры, МОУ «Гимназия №2». [natasha.komendant@mail.ru](mailto:natasha.komendant@mail.ru)

Внеклассное спортивное мероприятие «Веселые эстафеты» для 6-х классов.

Цели и задачи: 1.Привитие школьникам навыков здорового образа жизни.

2.Привличения их к систематическим занятиям спортивными играми.

3.Выявления талантливых детей для пополнения контингента спортивных секций.

4.Пропаганда спорта, как альтернатива негативным привычкам.

Материалы и оборудование:

-бинты;

-бумажные буквы;

-спринцовка;

-медицинские халаты;

-ёмкость под воду;

-клюшки;

-теннисные мячи;

-маты;

-набивные мячи;

-противогазы;

-носилки

Форма проведения: соревнования

Место проведения: спортивный зал МОУ «Гимназия №2».

План проведения:

1.Выход, построение команд.

2.Вступительное слово.

3.Представление команд, жюри.

4.»Весёлые игры»:

- «Зарядка»

- «Сквозь дымовую завесу»

- «Доставка воды»

- «Медицинская помощь»

- «Хоккеисты»

5. Заключительное слово.

6. Награждение.

Спортивное мероприятие «Весёлые игры».

1.«Зарядка».

Участники строятся в колонну по одному. По сигналу первые игроки команд передвигаются по матам «каракатицей», выполняют челночный бег, затем переносят три мяча из одного обруча в другой и бегом возвращаются обратно. Далее эстафета передаётся следующему участнику.

2. «Сквозь дымовую завесу».

Участники строятся в колонну по одному. По сигналу первые игроки команд одевают противогазы и преодолевают полосу препятствий (проползти «по-пластунски»,пролезть сквозь обручи), затем возвращаются бегом обратно и передают противогаз следующему.

3. «Доставка воды».

Возле каждой команды находятся тара с водой и спринцовка. По сигналу игрок набирает спринцовкой воду и начинает передвигаться по–пластунски (по матам), по пути преодолевая полосу препятствий (перепрыгнуть через мячи).Оказавшись на другом конце зала, игрок выливает воду в сосуд и возвращается также обратно. Выигрывает та команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

4. «Медицинская помощь».

Участники строятся в колонну по одному. Первыми испытание начинают девочки. Напротив команды в 10 метрах находится «больной». Первый игрок подбегает к «больному» и оказывает медицинскую помощь(у раненого записка, что надо сделать, например, перебинтовать руку). Оказав помощь, девочка возвращается обратно и передаёт эстафету следующей. Когда последняя участница возвратиться, мальчики берут носилки и бегут к «больному». Затем ребята кладут раненого на носилки и возвращаются в колонну, положив носилки на мат. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнили задание.

5. «Хоккеисты».

Команды строятся в колонну по одному. Перед направляющим каждой команды на линии старта положены клюшка и теннисный мяч. В 15 метрах от линии старта обозначена контрольная линия, на которой против каждой команды поставлена фишка. Между стартовой и контрольной линиями на расстоянии трёх метров одна от другой расставлено четыре стойки. По сигналу первые игроки каждой команды берут клюшку, мяч и, обводя стойки, добегают до фишки, огибают её, после чего бегут обратно к линии старта, также с обводкой стоек. На старте они передают инвентарь очередным игрокам, а сами становятся в конец колонны. По условиям эстафеты запрещается пропускать и сбивать стойки.

Анализ итогов мероприятия.

1.Воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки, творческого мышления.

2.Развитие ловкости, активности, внимательности.

3.Приобщение школьников к занятиям физической культурой и спортом.

4.Пропаганда спорта, как альтернатива негативным привычкам.

5.Обеспечение учащихся интересным и полезным досугом.