

**Спортивное мероприятие для 1-4 классов
в рамках общешкольного мероприятия « День здоровья »**

*Составитель: Ахмадулина Анастасия Рафиковна
Учитель физической культуры высшей категории
Муниципальное бюджетное общеобразовательное
учреждение «Гимназия №1»*

В сентябре начинается новый учебный год. Во многих школах в сентябре проводится «День здоровья». В нашей школе среднее и старшее звено отправляются на туристический слёт в сосновый бор, а для учащихся начальных классов проводится спортивное мероприятие. Для проведения данного мероприятия понадобится приготовить путевые листы (приложение 1) и организовать учителей в помощники. Мероприятие проводится в разное время для каждой параллели.

Цели и задачи мероприятия:

- пропаганда и популяризация здорового образа жизни;
- развитие мотивации к занятиям спортом;
- развитие двигательных качеств: скорости, координации, ловкости, силы, быстроты;
- развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой;
- воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки.

Дата, место и время проведения:

Сбор участников на спортивной площадке начальной школы Гимназии №1, 2 классы-10.00, 3 классы-11.00, 4 классы-12.00, 1 классы-13.00.

Участники мероприятия:

Параллель 1, 2, 3, 4 классов Гимназии №1. Положение разработано с учётом возрастных особенностей. К участию в спортивных состязаниях допускаются дети, допущенные по состоянию здоровья к занятиям по физической культуре.

Программа мероприятия для учащихся:

1 этап

Общее построение и приветствие команд (название, девиз).

Вручение путевых листов каждому классу.

2 этап

1. Бег на 30 м.
2. Прыжок в длину
3. Метание в цель
4. Бросок мяча в кольцо
5. Прыжок на скакалке
6. Пресс 30 сек.
7. Подтягивание

Инвентарь:

Секундомер, 7 конусов, мишень для броска, 3 мяча для метания, 1 баскетбольный мяч, 5 скакалок, гимнастический коврик.

Подведение итогов:

Участвующие классы награждаются грамотами за участие, и лучшие результаты отмечаются дипломами.

Ход мероприятия для учащихся 2-4 классов

Для прохождения 1 этапа классы строятся на указанные места и им вручаются путевые листы. На подготовку им даётся 10 минут (придумать название команды, девиз и распределиться на этапы). Класс делится на группы участников по 4 человека на каждую площадку (задействован весь класс). Класс всем составом проходит все станции (4 участника выполняют задание). На каждом этапе стоит оранжевый конус с номером станции.

1 этап

Общее построение классов и приветствие команд (название, девиз).

Вручение путевых листов каждому классу.

2 этап

Ведущий: Каждому классу выданы путевые листы, куда вы вписали участников от своего класса. На прохождении каждой станции вам будут вписываться лучшие результаты. Ваша задача выполнить всё хорошо, чтоб получить дипломы лучших!!! Класс, который быстрее всех выполнит задания-побеждает!

Наши станции находятся только на нашем стадионе. У каждой станции стоит конус с номером. Желаю вам удачи! Начали!

Учащиеся разбегаются по стадиону к станциям указанные в путевом листе.

1. Бег на 30 м. Участники по одному выполняют бег дистанцией 30 метров на время. Время фиксируется в путеводных листах.

2. Прыжок в длину. Участники по одному выполняют прыжок в длину с места. Результат фиксируется в путеводных листах.

3. Метание в цель. Участники по одному выполняют метание в мишень на расстоянии 6 м. Количество попаданий каждого участника фиксируется в путеводных листах.

4. Бросок мяча в кольцо. Участники по одному выполняют бросок баскетбольного мяча в течение 30 сек. Количество попаданий каждого участника фиксируется в путеводных листах.

5. Прыжок на скакалке. Участники одновременно прыгают на скакалке. Кто больше продержался в прыжке, фиксируется в путеводных листах

6. Пресс 30 сек. Участники по одному качают пресс по 30 сек. Результаты участников фиксируются в путеводном листе.

7. Подтягивание. Участники по одному качают пресс по 30 сек. Результаты участников фиксируются в путеводном листе.

Во время подведения результатов, детям организован чай и булочка столовой учреждения.

Подведение итогов и награждение:

Каждый класс награждается грамотой за участие в спортивном мероприятии. Лучшие результаты награждаются дипломами.

Ход мероприятия для учащихся 1 класса

Учащимся первых классов сокращается количество станций.

Для прохождения 1 этапа классы строятся на указанные места и им вручаются путевые листы. На подготовку им даётся 10 минут (придумать название команды, девиз и распределиться на этапы). Класс делится на группы участников по 6 человек на каждую площадку (задействован весь класс). Класс всем составом проходит все станции (6 участников выполняют задание).

1 этап

Общее построение классов и приветствие команд (название, девиз).

Вручение путевых листов каждому классу.

2 этап

1. Бег на 30 м. Участники по одному выполняют бег дистанцией 30 метров на время. Время фиксируется в путеводных листах.

2. Прыжок в длину. Участники по одному выполняют прыжок в длину с места. Результат фиксируется в путеводных листах.

3. Метание в цель. Участники по одному выполняют метание в мишень на расстоянии 4 м. Количество попаданий каждого участника фиксируется в путеводных листах.

4. Бросок мяча в кольцо. Участники по одному выполняют бросок баскетбольного мяча в течение 30 сек. Количество попаданий каждого участника фиксируется в путеводных листах.

Подведение итогов и награждение:

Участвующие классы награждаются грамотами за участие, и лучшие результаты отмечаются дипломами.

Класс

Приложение 1

Название станции	Фамилия, Имя участников и результаты
1. Бег 30 метров	
2. Прыжок в длину с места	
3. Метание в цель	
4. Бросок мяча в кольцо	

5. Прыжок на скакалке	
6. Пресс 30 секунд	
7. Подтягивание	