

ББК 75.119

С 92

СЦЕНАРИИ массовых физкультурно-спортивных мероприятий к внутрибюджетной программе ГУ «ИАЦРФКиС ЛО». – Часть I. – Развитие физкультурно-спортивного движения в летних оздоровительных лагерях Липецкой области / Под общей редакцией к.п.н., доцента, член-корр. МАНПО, директора ГУ «ИАЦРФКиС ЛО» Е.А.Польнской.– Липецк: ГУ «ИАЦРФКиС ЛО».– 2007.– 50 с.





Руководитель проекта: *В.В.Дементьев*, начальник Управления ФКСиТ Липецкой области.

Составители: *О.В.Жарова*, отличник физической культуры и спорта РФ, почетный работник общего образования РФ, старший методист ГУ «ИАЦРФКиС ЛО»; *Р.А.Польнский*, зав. сектором ГУ «ИАЦРФКиС ЛО»; *Ю.Н.Левыкин*, зам. директора ГУ ОК ДЮСШ; *Н.П.Михайлова*, зав.учебно-спортивным отделом ГУ ОК ДЮСШ.

Рецензент: *В.В.Семянникова*, зав.кафедрой спортдисциплин ФФК ЕГУ им.И.А.Бунина, кандидат педагогических наук, доцент.

Технические редакторы: *Е.С.Гулевская*, зав. сектором ГУ «ИАЦРФКиС ЛО»; *Е.Ю.Пономарева*, зав. отделом ГУ «ИАЦРФКиС ЛО».

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| ВВЕДЕНИЕ..... | 3 |
|  ФИЗКУЛЬТУРНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ФОРМА: ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫЙ МАРАФОН <i>«КЛУБ ДРУЗЕЙ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ»</i> | |
| Положение..... | 4 |
| Сценарий..... | 6 |
| Сценарий (финал)..... | 9 |
| Приложение №1. Вопросы и ответы викторины №1..... | 11 |
| Приложение №2. Вопросы и ответы викторины №2..... | 12 |
| Приложение №3. Вопросы и ответы викторины №3..... | 16 |
| Приложение №4. Вопросы и ответы викторины №4..... | 18 |
| Приложение №5. Протоколы организации викторины..... | 20 |
|  ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК <i>«ОЛИМПИЙСКИЙ МАРАФОН»</i> | |
| Положение..... | 21 |
| Сценарий..... | 23 |
| Приложение Протоколы организации праздника..... | 26 |
|  СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК <i>«СИЛЬНЫЕ, СМЕЛЫЕ, ЛОВКИЕ»</i> | |
| Положение..... | 28 |
| Сценарий..... | 29 |
| Приложение..... | |
| | 33 |
|  СПОРТИВНЫЙ ПРАЗДНИК <i>«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»</i> | |
| Положение..... | 35 |
| Сценарий..... | 37 |
| Сценарий (финальный этап)..... | 43 |
| Приложение. Протоколы организации праздника..... | 47 |

ВВЕДЕНИЕ

Проблема улучшения состояния здоровья детей остается в центре внимания и является одной из актуальных задач поставленных в начале XXI века правительством России, государственными и общественными организациями всех ветвей власти, обществом в целом.

Реализация решений Госсовета РФ, Правительства РФ, его Комитетов и Министерств осуществляется традиционно в рамках существующей иерархии законодательно-исполнительской власти на всех уровнях. Вместе с тем, в соответствии с содержанием разнообразных документов, изданных выше указанными инстанциями, и их внедрением в жизнедеятельность населения Липецкой области становится очевидным необходимость в разработке спортивных проектов-программ.

Каникулы – наиболее благоприятное время для физического совершенствования и закаливания детей и подростков. Данный период дает возможность для творческого разнообразия коллективных и индивидуальных занятий на свежем воздухе в летних оздоровительных лагерях. Это игры, спорт, туризм, различного рода физические упражнения. Целесообразное сочетание их с режимом дня и закаливанием, позволит значительно увеличить результат оздоровления детей и подростков.

ГУ «Информационно-аналитическим центром развития ФКиС Липецкой области» был разработан проект-программа «Развитие физкультурно-спортивного движения в летних оздоровительных лагерях Липецкой области», включающий несколько подпрограмм, прошедших свою апробацию в течение 3 лет на территории Липецкой области в ДОЛ «Лукоморье», «Спартак», «Прометей».

ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО МАРАФОНА «КЛУБ ДРУЗЕЙ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ»

I. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ

Создание условий для формирования знаний, умений и навыков интеллектуального мышления юных спортсменов.

Цель достигается решением следующих основных задач:

- использовать нетрадиционные для спортсменов интеллектуальные задания, через реализацию данных материалов в крупных организационных формах типа праздников, конкурсов; марафонов;
- организовать нетрадиционные для спортивной практики теоретические, организационные формы, охватывающие участие детей и подростков от внутриотрядной работы до общелагерной;
- увеличить теоретический объем знаний для спортсменов за счет расширения разнообразными заданиями материала, в том числе, тестового характера вопросов (на физкультурную и спортивную тематику);
- оказать содействие формированию знаний общекультурной и специальной (о физической культуре и спорте) направленности.

II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Спортивный праздник проводится на отрядных местах (внутриотрядный отборочный этап); открытой площадке (эстраде) ДОЛ «Лукоморье» (финальный этап). В ходе жеребьевки определяется размещение участников за столами, как для полуфинального этапа, так и для финала.

III. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

Во внутриотрядном интеллектуальном марафоне участвуют 2-6 равных разновозрастных команд, составом 2-6 человек (заранее главным судьей марафона определяется возраст, пол участников).

В финале интеллектуального марафона встречаются участники в составе 10 человек от каждого отряда (заранее главным судьей марафона определяется возраст, пол участников).

На самом празднике ведущий смешивает участников из разных отрядов. Он формирует равноценные разновозрастные команды. Количество команд комплектуется на усмотрение главного судьи (число участников оговаривается заранее).

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Программа состоит из теоретических заданий

V. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Занятые места, командами участников, определяются в соответствии с рейтингом лучшего результата выполненных заданий. Начисление очков каждой команде осуществляется в зависимости от занятого места по системе убывания: за 1 место – 0 очков; за каждое последующее – с умножением на коэффициент – 2 (например: 1 место – 0 очков, 2 место – 2 очка, 3 место – 6 очков и т.д.).

VI. НАГРАЖДЕНИЕ

Участники, занявшие 1-3 места, награждаются ценными призами и дипломами.



СЦЕНАРИЙ ПРОВЕДЕНИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО МАРАФОНА «КЛУБ ДРУЗЕЙ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ».

(отборочный тур в отрядах)

Ведущий:

Добрый день дорогие друзья! Сегодня мы проводим заседание «Клуба друзей хорошего настроения». Прежде чем мы с вами начнем наше заседание, нам нужно разбиться на 6 команд, состоящих из 4 человек. В судейскую бригаду приглашаются вожатый, помощник вожатого и воспитатель.

Первое задание: в течение 5 минут каждая команда готовит название своей команды и небольшое представление.

Ведущий:

Вот и произошло знакомство с командами, которые начинают борьбу в интеллектуальном марафоне.

I тур: «Творческая композиция»

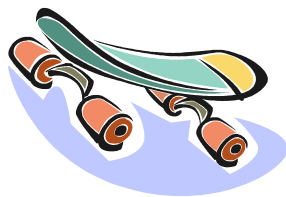
Составление буклета-апликации из клочков бумаги с элементами рисунка рекламирующего: физкультуру, спорт, здоровый образ жизни, спортивные события, деятельность занимающихся ФК и спортом.

Материальное сопровождение:

6 листов бумаги формата А4, бклея-карандаша, 1 журнал, 6 пачек карандашей по бшт, 6 планшеток.

Критерии оценки:

- оригинальность замысла и художественная выразительность;
- качество работы;
- техника и мастерство исполнения;
- оригинальность и нестандартный подход.



Лучшая команда получает 6 очков, 2 место-4 очков, 3-место 2 очка, остальные по 1 очку.

II тур: «Олимпиадники»

Участники получают карточку со словом «Олимпиадники» и заполняют ее в течение 10 минут. Участники должны попытаться на каждую букву данного слова вспомнить и записать фамилии выдающихся спортсменов. Если участники правильно и быстро выполняют задание, то им выдается еще одна дополнительная карточка «В»; в нее участники

вписывают названия различных видов спорта на букву «В» (наибольшее количество). Побеждает команда, которая быстрее всех заполнила две карточки.

Критерий оценки: лучшая команда получает 6 очков, 2 место-4 очка, 3-место 2 очка, остальные по 1 очку.

Материальное сопровождение: 6 шариковых ручек, 6 карточек «Олимпионик», 6 карточек «В», 6 планшеток.

III-тур: «Чей счет лучше»

В сетку футбольных ворот можно забить шесть голов, то есть вписать шесть слов, содержащих слово «гол». Проверьте себя, сколько «голов» вы сможете «забить». Побеждает команда, которая быстрее всех написала слова. Остальные команды располагаются в порядке убывания по времени.

Критерий оценки: лучшая команда получает 6 очков, 2 место-4 очка, 3-место 2 очка, остальные по 1 очку.

Материальное сопровождение: 6 шариковых ручек, 6 карточек «Футбольных ворот», 6 планшеток.

IV-тур: «Музыкальный»

Участникам предлагается перечень песен, которые они должны озвучить.

Критерий оценки: Команда, выполнившая задание в полном объеме (т.е. пели все участники команды в такт музыки), получает 6 очков. Участники, которые пели в половинном составе, получают 3 очка. Участники, которые пели в единственном числе, получают 1 очко.

Материальное сопровождение:

6 листов бумаги с заготовками песен.



V-тур: «Чужие коленки»

(Социально-психологический тренинг.)

Группа садится в тесный круг, сдвинув стулья ближе, друг к другу. Каждый участник кладет свои руки на колени соседям. Причем правая рука каждого оказывается на левой коленке соседа справа. В результате на собственных коленках у каждого участника оказываются руки его соседей по кругу. На левой коленке - правая рука соседа слева, а на правой – левая рука соседа справа.

Разобравшись с этим, можно играть. Игра ведется на выбывание. Тот, кто ошибся, убирает руку, которой была совершена ошибка.

Игра заключается в том, чтобы руки хлопали по коленкам последовательно, не обгоняя друг друга. По началу это не так просто, как кажется, поскольку, все руки расположены на чужих коленках, и нужно внимательно следить, когда очередь дойдет до собственной рук, а не до собственной коленки. Игра требует постоянной сосредоточенности. Как только сосредоточенность падает, участник ошибается.

Когда группа освоила хлопки по кругу, можно усложнить задание. Любой участник, когда очередь сделать хлопок доходит до одной из его рук, в праве поменять направление движения хлопков. Для этого ему необходимо хлопнуть своей рукой по коленки, на которой эта рука лежит, дважды.

Тот, чья рука пропустила этот сигнал и ошиблась, также убирает свою «проштрафившуюся» руку.

Таким образом, каждый участник может ошибиться дважды, сначала одной рукой, а затем другой. После этого он полностью выбывает.

Игра часто пробуждает азарт среди участников группы, и в таком случае ведется до победного конца.

Иногда сами участники устраивают дополнительное усложнение игры. Суть его в том, что выбывшие из игры члены группы переходят со своими стульями (или просо садятся на корточки) в центр круга, где образуют свой внутренний круг. Там игра начинается снова, а выбывшие участники из второго круга окончательно, превращаются в зрителей.

Поскольку внутренний круг своей бурной деятельностью активно мешает главному, внешнему кругу, то игра становится еще более эмоциональной.

Обсуждение впечатлений, переживаний, ощущений по окончанию этой игры нередко опускается. Однако, ведущий, чуткий на изменения настроений в группе, не упустит случая поинтересоваться персонально у каждого участника: «Ну, как вам было во время игры?» Этот пробный ни к чему не обязывающий, как бы, между прочим, проявленный интерес иногда может вызвать кого-то из участников на развернутое сообщение о своих треволнениях, испытанных в игре. Для иных участников услышать выражения эмоций является не менее важным, чем рассказать про них.

В финал выходит команда, набравшая наибольшее количество очков за все прошедшие туры.



СЦЕНАРИЙ
ПРОВЕДЕНИЯ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО МАРАФОНА
«КЛУБ ДРУЗЕЙ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ»
(финал)

Ведущий:

(Вступительное слово)

Добрый вечер ребята!
Сегодня финал интеллектуального марафона.
Мы сегодня все при деле,
Нам ленится не с руки:



Нужно, чтоб в здоровом теле
Были здоровые мозги!
В нашем супермарафоне
Раньше каждый побеждал!
Кто же станет чемпионом?
Начинаем мы финал!

Приветствие команд

(название команды, визитная карточка).

I тур: «Живая фигура»

Участники придумывают и изображают пирамиду, которую они рекламируют и сопровождают спортивным лозунгом.

Критерии оценки: учитывается участие всей команды, зрелищность, эстетичность, неординарность, новизна лозунга, синхронное выполнение, нестандартное изложение материала – 6 очков; команда выполнила все условия, но половинная часть участников выполняла не синхронно, но хорошо прорекламовала свою пирамиду – 4 очка; все остальные участники получают по 1 очку.

II тур: «Словесный пазл»

Участникам команд ведущий праздника раздает конверты, в которых находятся наборы букв. Из них участникам необходимо составить знаменитое высказывание о здоровом образе жизни в течение 10 минут.

Критерий оценки: участники, составившие полностью высказывание и выполнившие задание первыми, получают – 6 очков.

Все остальные участники распределяются в порядке убывания (по времени и составленным словам в высказывании).

Материальное сопровождение:

10 конвертов с буквами.

III-тур: «Дорожный сундучок»

Участникам раздаются рисунки с изображением дорожного сундучка. На нем 3 замка. Участникам необходимо повернуть ключ в замке на несколько оборотов, т.е. каждый кружочек на столько, насколько нужно для составления русской народной поговорки.

Критерий оценки: Участники, составившие полностью высказывание и выполнившие задание первыми, получают – 6 очков. Все остальные участники распределяются в порядке убывания (по времени и по количеству составленных слов в высказывании).

Материальное сопровождение:

10 рисунков с изображением дорожного сундучка.

IV-тур: «Музыкальный»

Участникам предлагается перечень песен, которые они должны озвучить.

Критерий оценки: Команда, выполнившая задание в полном объеме (т.е. пели все участники команды в такт музыки), получают 6 очков. Участники, которые пели в половинном составе, получают 3 очка. Участники, которые пели в единственном числе, получают 1 очко.

Материальное сопровождение: 10 листов бумаги с заготовками песен музыкальный центр, караоке.

Ведущий:

Каждый выполнит задание
Быстро и без лишних слов,
Ведь к любому состязанию
Каждый здесь давно готов.

V-тур: «Брейн –Ринг»



Вопросы и ответы викторины №1

Вопросы:

1. Покров футбольного поля?
а) снег б) трава в) лужи
2. Место, куда нужно попасть при метаниях, стрельбе?
а) круг б) квадрат в) цель
3. Прикосновение к телу оружием в фехтовании.
а) укус б) укол в) накол
4. 11-метровый удар в футболе за грубое нарушение правил?
а) пенальти б) штрафной в) свободный удар
5. Как называется левая и правая сторона шеренги?
а) край б) конец в) фланг
6. Ограждение хоккейной площадки?
а) борт б) газон в) бордюр
7. Соревнование велосипедистов?
а) скачки б) заезд в) гонка
8. Специальное движение судьи?
а) жест б) прыжок в) взмах
9. Спортивное сооружение для велосипедных гонок?
а) трек б) стадион в) трасса
10. Самая популярная и самая трудная велогонка профессионалов?
а) «Тур де Франс» б) «Тур де данс»
в) «Тур де шанс»



Ответы на вопросы викторины:

1. б) Трава.
2. в) Цель.
3. а) Укус.
4. а) Пенальти.
5. в) Фланг.
6. а) Борт.
7. в) Гонка.
8. б) Прыжок.
9. а) Трек.
10. а) «Тур де Франс»



Вопросы и ответы викторины №2

Вопросы викторины «О спорте»:



1. В некоторых странах на соревнованиях по бегу на длинные дистанции вывешивают флаги для спортсменов. Желтый флаг появляется, когда термометр показывает 18-23°C, красный флаг – при температуре 23-28°C.
О чем они напоминают спортсменам?
 - а) о риске перегревания
 - б) о риске переедания
 - в) о риске недосыпания
2. На чемпионате мира по футболу 1986г. в Мексике сборная Италии, владевшая высшим титулом, лишилась его уже в 1/8 финала. Неожиданно оригинально отреагировал на неудачу своих соотечественников владелец одного из итальянских ресторанов. Он вычеркнул из меню бифштекс «Росси» и ростбиф «Альтобелли». Почему?
 - а) блюда являлись однофамильцами популярных футболистов итальянской команды
 - б) блюда испортились
 - в) мясо кончилось
3. Игра, придуманная в Бразилии, смесь футбола и волейбола?
 - а) футоволей
 - б) догони мяч
 - в) руки плюс ноги
4. Русская народная игра:
 - а) лапта
 - б) футбол
 - в) баскетбол
5. Родина баскетбола:
 - а) Америка
 - б) Англия
 - в) Россия
6. «Королева спорта»?
 - а) легкая атлетика
 - б) гимнастика
 - в) тяжелая атлетика
7. Дерево, из ветвей которого изготавливают венки для награждения победителей в спортивных соревнованиях?
 - а) лавр
 - б) береза
 - в) олива
8. Какой хоккей называют «русским»?
 - а) хоккей с мячом
 - б) хоккей с шайбой

- в) хоккей на траве
9. Письменный документ, определяющий право и обязанности игрока и клуба, за который он выступает?
- а) контракт
 - б) договор
 - в) соглашение
10. Место проведения соревнований по плаванию?
- а) бассейн
 - б) фонтан
 - в) лужа
11. В какой игре пользуются самым легким мячом?
- а) настольный теннис
 - б) волейбол
 - в) футбол
12. Как расшифровать слово «самбо»?
- а) самооборона без оружия
 - б) самый боевой
 - в) самый бойкий
13. Какая наивысшая оценка в соревнованиях фигуристов?
- а) 6 баллов
 - б) 5 баллов
 - в) 10 баллов
14. Какая команда подается судьей на ринге при обоюдном захвате?
- а) брэк
 - б) стоп
 - в) фол
15. В вводно-моторном спорте судно с подвесным мотором называется?
- а) скутер б) глиссер
 - в) каспер г) флиппер
 - д) клопер
16. Какой из перечисленных предметов послужил появлению бадминтона?
- а) косточки от вишни
 - б) ромашка
 - в) яблоко (в яблоко втыкали гусиные перья и бросали деревянной ракеткой)

17. В боксе судей называют:
а) рефери б) бойскауты в) рейсфереды
г) брейкеры д) рингеры
18. Впервые гимнастические упражнения как спортивные были выполнены:
а) на живой козе б) на деревянном коне
в) на лианах г) на крыше дома
д) на вращающемся стуле
19. Соревнования по каратэ проходят на специальном ковре, который называется:
а) матани б) матрацы
в) батани г) татами
д) карани
20. Раньше шахматы назывались:
а) абракадабра б) барабанга
в) чатуранга г) хачатуранга
д) чебуранга
21. Официальной одеждой спортивных судей в США являются:
а) желтая мантия
б) синий фрак
в) белая тога
г) розовая майка (официальная одежда судей на футбольных матчах США)
д) голубой сарафан
22. Принцип «Фэйр-плей» – это:
а) игра по правилам
б) честная игра
в) взаимопомощь
23. Количество игроков на площадке при игре в волейбол:
а) 4
б) 5
в) 6
24. Вид спорта, который обеспечивает наибольший эффект при развитии координационных способностей:
а) плавание
б) гимнастика
в) лыжный спорт

Ответы на вопросы викторины:

1. а) о риске перегревания
2. а) блюда являлись однофамильцами популярных футболистов итальянской команды
3. а) футоволей
4. а) лапта
5. а) Америка
6. а) легкая атлетика
7. а) лавр
8. а) хоккей с мячом
9. а) контракт
10. а) бассейн
11. а) настольный теннис
12. а) самооборона без оружия
13. а) 6 баллов
14. а) брэк
15. а) скутер
16. в) яблоко (в яблоко втыкали гусиные перья и бросали деревянной ракеткой)
17. а) рефери
18. б) на деревянном коне
19. г) татами
20. в) чатуранга
21. г) розовая майка (официальная одежда судей на футбольных матчах США)
22. б) честная игра
23. в) 6
24. б) гимнастика



Вопросы и ответы викторины №3

Вопросы викторины «Литературные герои о физической культуре»:

1. Кто автор строк: «Мускул свой. Дыхание и тело тренируй с пользой для военного дела»?
 - а) В.Маяковский
 - б) А.Блок
 - в) К.Твардовский
2. Две последние строчки четверостишия: «На самом деле – одно из двух» назовите первые строчки:
 - а) В здоровом теле – здоровый дух
 - б) Чем больше спишь – тем меньше ешь.
 - в) Тише едешь – дальше будешь.
3. Продолжите восточную пословицу: «Совершать после еды прогулку лучше, чем держать у себя ...»
 - а) аптечку
 - б) собаку
 - в) кошку
4. Продолжи популярную в Америке поговорку: «Дорога в члены правления компании лежит через ...?»
 - а) через спортивную раздевалку
 - б) через магазин
 - в) через переход
5. Чьи эти строки:

«Друзья мои! Возьмите посох свой,
Идите в лес, бродите по долине,
Крутых холмов устаньте на вершине,
И в долгу ночь глубокий ваш будет сон»

 - а) А.С.Пушкина
 - б) Н.А.Некрасов
 - в) И.А.Бунин
6. Слово «акробатика» в переводе с греческого означает:
 - а) прыгать на батуте
 - б) кувыркаюсь, прыгаю и скачу
 - в) много поз
 - г) хожу на цыпочках, лезу вверх
 - д) повороты в воздухе



7. В переводе с итальянского «батут» означает:
- а) гамак
 - б) удар
 - в) прыжок
 - г) кенгуру
 - д) шлепок
8. «Биатлон» в переводе с греческого означает:
- а) двойной удар
 - б) лыжи и стрельба
 - в) двойной успех
 - г) состязание атлетов
 - д) двойное состязание
9. «Каратэ» в переводе с японского:
- а) небесное наказание
 - б) кровная месть
 - в) сильная нога
 - г) пустая рука
 - д) разбей кирпич
10. Что означает слово: «атлетика» в переводе с греческого?
- а) борьба
 - б) бег
 - в) прыжки

***Ответы на вопросы викторины
«Литературные герои о физической культуре»:***

- 1. а) В.Маяковский.
- 2. а) В здоровом теле – здоровый дух.
- 3. а) аптечку.
- 4. а) через спортивную раздевалку.
- 5. а) А.С.Пушкина.
- 6. г) хожу на цыпочках, лезу вверх.
- 7. б) удар.
- 8. д) двойное состязание.
- 9. г) пустая рука.
- 10. а) борьба.



Вопросы и ответы викторины №4

Вопросы викторины
«Исторические личности»



1. Профессор И.М.Саркизов-Серазини очень любил напоминать своим слушателям: «Куда часто заглядывает солнце, там нечего делать...» Кому?
 - а) врачу
 - б) дворнику
 - в) водолазу
2. Сегодня вряд ли кто не знает имени Валентина Пикуля – артиста цирка и человека необычайной силы воли и судьбы, исцелившего самого себя и сотни других людей с помощью физических упражнений от тяжелого недуга связанного с травмой. Какой?
 - а) травма позвоночника
 - б) ушиб колена
 - в) перелом руки
3. Американский борец Майкл Фарина пережил несколько неприятных мгновений еще до выхода на ковер Олимпийского дворца в Монреале. При взвешивании индикаторная лампочка показала, что вес Фарина превышает норму. Тогда спортсмен снял майку – лампочка не погасла. Фарина отложил в сторону защитные очки - горит. Что сделал Майкл в сердцах и в тот же миг индикаторная лампочка погасла, и спортсмен, благодаря судьбу вышел на ковер?
 - а) выплюнул жевательную резинку
 - б) сбегал
 - в) сделал 10 приседаний.
4. Долгое время правительство США преследовало своего известного боксера- профессионала Мохаммед Али (Кассиус Клей). За что?
 - а) за отказ участвовать в войне против Вьетнама
 - б) за антиобщественное поведение
 - в) за связь с разведывательным управлением другой страны
5. Советская спортсменка Л.Скобликова за одну зиму смогла завоевать 9 золотых медалей на Олимпийских играх и первенствах мира. В каком виде спорта?
 - а) лыжные гонки
 - б) конькобежный спорт
 - в) фигурное катание

6. Знаменитый древнегреческий врач?
а) Гиппократ
б) Геракл
в) Пифагор
7. Известный советский хирург, страстный приверженец здорового образа жизни?
а) Павлов
б) Кулибин
в) Мичурин
8. Один из перечисленных людей является изобретателем акваланга:
а) капитан Немо
б) Жак Ив Кусто
в) Нобель
г) Крузенштейн
д) де Ланг
9. Инициатива создания Международного Олимпийского комитета и проведения I Олимпийских игр современности принадлежит:
а) Петру I
б) Пьеру де Кубертену
в) Самаранчу

***Ответы на вопросы викторины
«Литературные герои о физической культуре»:***

1. а) врачу
2. а) травма позвоночника
3. а) выплюнул жевательную резинку
4. а) за отказ участвовать в войне против Вьетнама
5. а) лыжные гонки
6. а) Гиппократ
7. а) Павлов
8. б) Жак Ив Кусто
9. б) Пьеру де Кубертену



**ПРОТОКОЛ
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО МАРАФОНА
«КЛУБ ДРУЗЕЙ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ»
ОТРЯДА № ____**

| Кома нды | Творчес- кая компози- ция | «Олимпи оники» | Чей счет лучше | Музыкал ьный | Итого очков | Ме сто |
|-------------|------------------------------------|-------------------|-------------------|-----------------|----------------|-----------|
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Вожатый _____

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ
ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО МАРАФОНА
«КЛУБ ДРУЗЕЙ ХОРОШЕГО НАСТРОЕНИЯ»
(финал)**

| Ком анды | Фигу- ры | Пазл | Дорожны й сундучок | Музыкаль -ный | Брейн- ринг | Всего очков | Мес то |
|-------------|-------------|------|--------------------------|------------------|----------------|----------------|-----------|
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |

Секретарь _____

ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «ОЛИМПИЙСКИЙ МАРАФОН»

I. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ.

Выявление индивидуального уровня общефизической подготовленности детей и подростков, занимающихся различными видами спорта.

Цель достигается решением следующих основных задач:

- организовать и провести мониторинг физического развития и двигательной подготовленности детей и подростков, отдыхающих в ДОЛ «Лукоморье» (в начале и в конце смены);
- скорректировать модель и программное содержание физкультурно-спортивной работы со спортсменами на основе результатов мониторинга.

II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ.

Спортивный праздник проводится на спортивной площадке ДОЛ «Лукоморье» в течение 3-х дней:

- первый день – участники проходят диагностическое обследование;
- второй и третий день – участники проходят двигательные задания- тесты.

III. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.

В диагностическом обследовании и двигательных заданиях-тестах принимают участия все дети и подростки лагеря.

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

Программа подразумевает диагностическое обследование в начале лагерной смены и в конце:

- артериальное давление систолическое;
- артериальное давление диастолическое;
- частота сердечных сокращений;
- рост стоя;
- рост сидя;
- вес;
- окружность грудной клетки – вдох;
- окружность грудной клетки – выдох;

- окружность грудной клетки – пауза;
- окружность талии;
- окружность бедер;
- окружность запястья;
- динамометрия правая;
- динамометрия левая;
- уровень быстроты;
- ЖЕЛ;
- проба Штанге;
- уровень координации;
- чсс после нагрузки;
- чсс восстановления;
- тест Люшера;

Двигательные задания-тесты:

- бег 60м;
- бег 1000м;
- прыжок в длину с места;
- тест на гибкость;
- сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 30 с.;
- поднимание туловища из И.П. лежа на спине за 30 с.

V. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ.

Победители в каждом двигательном – задании тесте определяются по возрастным, половых показателям участников.

В беговых дисциплинах побеждает результат с наименьшим временем, затраченным на прохождение дистанции.

В оставшихся дисциплинах побеждает результат с наибольшим количеством выполненных упражнений.

В каждом виде программы двигательных – заданий тестов выявляются 3 лучших результата.

VI. НАГРАЖДЕНИЕ.

После прохождения программы «Олимпийский марафон», обрабатываются и выдаются каждому ребенку рекомендации по двигательному режиму и питанию, а также участники, занявшие 1-3 места в каждом виде двигательных заданий – тестов (в отрядах) награждаются призами, каждый участник программы «Олимпийский марафон»- аттестатами.

СЦЕНАРИЙ ОТКРЫТИЯ ПРОГРАММЫ «ОЛИМПИЙСКИЙ МАРАФОН».

Ведущий:

Добрый день уважаемые гости!
Здравствуй «Лукоморье – 2006»!
Здравствуй II физкультурно-
спортивная смена!
К нам сюда на праздник сотни
Мчат друзей со всех сторон:
Открываем мы сегодня
Олимпийский марафон!
Эхо звонкое нам вторит,
Солнце смотрит веселей!
Здравствуй, здравствуй «Лукоморье»,
Лагерь спорта и друзей!



Сегодня вечер открытия Олимпийского марафона, который дает старт новым спортивным достижениям и рекордам, новым победам и, конечно же, прежде всего победам над самим собой.

Сегодня не только вечер открытия Олимпийского марафона, но и вечер знакомств, поэтому не будем терять времени

Встрече с новыми друзьями
Каждый рад тут, без сомненья,
И сейчас знакомство с вами
Начинаем с представленья
Тех, кто это все придумал,
Все тут организовал,
И всех вас, красивых, умных,
Здесь на марафон собрал!
Представленье начинаем
Мы, с традицией не споря,
Как положено с хозяев:
Вот – начальник «Лукоморья»!

Дорогие друзья! Сегодня я с большим удовольствием хочу предоставить слово для приветствия большому другу детей, человеку, который (ая) на протяжении всей лагерной смены вам будет за папу и за маму, которая приложила огромные усилия для того, чтобы вас вкусно кормили, заботились о вашем здоровье и развитии, начальнику лагеря.

(Приветственное слово директора лагеря)

Ведущий:

Представляем непременно
Мы главного спортсмена!
Он всерьез, не на бумаге
Создал здесь спортивный лагерь,
Чтобы множились победы
Юных липецких атлетов!
Чтобы вы здесь не скучали
Вам дела на каждый день
Разработал уникальный
Информационный Центр!
Мы станем добрыми друзьями,
Его директор – перед вами!



Вас приветствует директор уникального единственного в стране Информационно-аналитического Центра развития физической культуры и спорта Липецкой области, который готовит и проводит огромное количество разнообразных и увлекательных физкультурно-спортивных мероприятий.

(Приветственное слово директора ИАЦРФКиС ЛО)

Ведущий:

Нет, не только отдых здесь,
Тренировки тоже есть!
Значит, выступает пусть
Здесь директор ОК ДЮСШ!

(Приветственное слово директора ОК ДЮСШ)

Ведущий:

Наконец пришло время познакомиться
и нам с вами.

А мне вести здесь всю программу:

Мы представились, но знаю

Вас представить тоже надо,

И сейчас мы начинаем

(Представление отрядов)

Ведущий:

И вы, самые спортивные, стройные, сильные и целеустремленные ребята, условно поделенные на 10 отрядов.

Итак, знакомьтесь:

1 отряд *(название отряда, девиз, визитка - представление)* _____,

2 отряд _____ и т.д. до 10 отряда.

(Представление воспитателей и вожатых)

Ведущий:

Настало время представить вам воспитателей и вожатых отрядов. Воспитатель, а он же тренер отряда №1 (Ф.И.О., спортивная квалификация, победы на соревнованиях, звания). Приглашаем вас занять почетное место.

(Слово для приветствия своих подопечных предоставляется тренеру, Ф.И.О, звания).

Наряду с воспитательским отрядом на целину был выслан и отряд вожатых, которые на протяжении всей лагерной смены рядом с вами плечо к плечу будут выносить все тяготы и лишения лагерной смены. Итак, встречайте отряд вожатых (Ф.И.О, где учится).

(Идет представление всех вожатых отрядов)

Ведущий:

Дорогие друзья! По сложившейся традиции Олимпийский марафон объявляется открытым! Праздничный салют «Пли!» (все вожатые прокалывают воздушные шарик иголками).

Наш праздник продолжается. На спортивной арене выступают воспитанники ДЮСШ (Ф.И.О. тренера).

(Показательные выступления)

Ведущий:

Уважаемые ребята, с завтрашнего дня начинаются состязания по 6 видам двигательных заданий: (бег 30м, бег 1000м, прыжок в длину с места, поднимание туловища за 30 сек., сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 30 сек., тест на гибкость). Вы должны проявить себя как личность и показать хорошие результаты в своих отрядах. В каждом виде будут выявлены 3 лучших участника, за что они и получат призы. Так же все ребята нашего лагеря пройдут диагностические испытания, в результате чего каждый из вас получит достоверные данные о своем функциональном состоянии здоровья и полученные результаты, вместе с аттестатами и сертификатами участников прохождения обследования, вы получите на руки. Все вам хотелось пожелать удачи.

Ведущий:

Вот и подошло к окончанию наше открытие программы «Олимпийский марафон», но мы не говорим вам: «Прощайте!», а говорим: «До свидания! До новых встреч!»

И заключительным пусть словом
Опять звучит со всех сторон:
Вперед, вперед, к победам новым
На Олимпийский марафон



**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ ПРОГРАММЫ
«ОЛИМПИЙСКИЙ МАРАФОН»
ДВИГАТЕЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ – ТЕСТОВ
ОТРЯДА №__**

| Ф И О | Бег 30м | | Бег 1000м | | Прыжок в длину с места | | Тест на гибкость | | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 30сек. | | Поднимание туловища за 30сек. | |
|-------------|---------|--------|-----------|--------|------------------------|--------|------------------|--------|--|---------|-------------------------------|--------|
| | нач ало | кон ец | нач ало | кон ец | нач ало | кон ец | нач ало | кон ец | нач ало | ко не ц | нач ало | кон ец |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Судья _____

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ ПРОГРАММЫ
«ОЛИМПИЙСКИЙ МАРАФОН»
ДВИГАТЕЛЬНЫХ ЗАДАНИЙ-ТЕСТОВ
ОТРЯДА №__**

| Ф И О | Бег 30м | | Бег 1000м | | Пры- жок в длину с места | | Тест на гиб- кость | | Сгибание и разгиба- ние рук в упоре лежа за 30сек. | | Подни- мание туло- вища за 30сек. | |
|-------------|----------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|-----------------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|--|-----------------------|--|-----------------------|
| | ре зу ль та ты | м е с т о | ре зу ль та ты | м е с т о | ре зу ль та ты | м е с т о | ре зу ль та ты | м е с т о | ре зу ль та ты | м е с т о | ре зу ль та ты | м е с т о |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |

Судья _____

ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «СИЛЬНЫЕ, СМЕЛЫЕ, ЛОВКИЕ»

I. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ.

Создание условий для улучшения физической подготовленности детей и подростков, на основе нетрадиционных спортивных движений и организационных форм.

Цель достигается решением следующих основных задач:

- использовать нетрадиционные для спортивной практики движения, двигательные действия в крупных организационных формах типа праздников, конкурсов;
- организовать нетрадиционные организационные формы, охватывающие участие детей и подростков от внутриотрядной работы до общелагерной;
- увеличить двигательный объем детей и подростков за счет расширения физических упражнений;
- оказать содействие формированию знаний общекультурной и специальной (о физической культуре и спорте) направленности.

II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ.

Спортивный праздник проводится на спортивной площадке или спортивном зале. В ходе жеребьевки определяется порядок прохождения отрядами номера станций.

III. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.

В спортивном фестивале участвуют 6-10 равных разновозрастных команд, составом 8-10 человек (заранее главным судьей фестиваля определяется возраст, пол участников).

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

Программа состоит из двигательных действий на 6 – 10 станциях.

V. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ.

Занятые места, командами участников, определяются в соответствии с рейтингом лучшего результата на станциях. Начисление очков каждой команде осуществляется в зависимости от занятого места по системе убывания: - за 1 место – 0 очков; - за каждое последующее – с умножением на коэффициент – 2 (например: 1 место – 0 очков, 2 место – 2 очка, 3 место – 6 очков и т.д.).

VI. НАГРАЖДЕНИЕ.

Участники, занявшие 1-3 места, награждаются ценными призами и дипломами.

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «СИЛЬНЫЕ, СМЕЛЫЕ, ЛОВКИЕ»

Ведущий:

Внимание, спортсмены!
Тише, зритель!
Упорства с ловкостью
Начаться должен спор.
Вражда и неприязнь
в сторону отойдите.
Сегодня торжествует спорт!
Мы в этом (месте) лагере
Вас видеть рады,
(На этом стадионе видеть рады)
На празднике «Веселых, озорных»
Уверены, всех ждут достойные награды,
Итак, командам объявляется парад!
Команды-участницы,
к торжественному маршу подготовиться:
Шагом, марш!

(Под звуки марша команды совершают круг почета)

Ведущий:

Команды-участницы готовы
Путь спортивный испытать,
Но почетным нужно словом,
Их представить и назвать.

Ведущий:

Я рада представить Вам на сегодняшнем празднике команду «Сорванцы». Команда, напоминающая вечный двигатель, энергичная, непредсказуемая.

Девиз команды «Сорванцы»:

Кто шагает дружно в ряд?
Не колонна, не отряд –
Мы, ребята- сорванцы,
Удалые молодцы.

Ведущий:

Наши аплодисменты
команде «Сюрприз».

Девиз команды «Сюрприз» :



Наш девиз-каждый день один сюрприз.
Ясно ведь, как дважды:
Жизнь веселой быть должна.
Руки в стороны и вниз
Все болейте за «Сюрприз»
С нами, братцы, не зевай,
Становись и побеждай.

Ведущий:

Для вас визитная карточка команды «Трудное детство». Чтобы решить свои проблемы, ребята объединились, создали свой мир, в котором они понимают друг друга.

Девиз команды «Трудное детство»:

Знаем мы все вместе средство,
Чтобы «Трудным» стало детство:
Спорт. В нем рядышком идут
Воля и упорный труд.

Ведущий:

Мы рады приветствовать команду «Импульс». Все они активные сторонники здорового образа жизни. Их участие в соревнованиях – путь к совершенствованию ума и тела.

Девиз команды «Импульс»:

Шаг печатаем упруго,
Закаляем волю, дух.
Мы горою друг за друга,
Каждый в деле стоит двух.



Ведущий:

Дорогие друзья! Мы рады приветствовать команду «Торнадо». Ураган мыслей, движений и эмоций. Но команде удалось организовать эту силу и направить ее не на разрушение, а на созидание.

Девиз команды «Торнадо»:

Тверже ногу,
Шире шаг,
Мы взрослеем на глазах.
Все у нас как надо,
Вместе мы «Торнадо».

Ведущий:

Для вас визитная карточка команды «Виктория». Команда непосед, весельчаков, почемучек, а также самых: сильных, ловких и находчивых, потому что они начинают заниматься различными видами спорта одновременно.

Девиз команды «Виктория»:

Наш отряд Виктория,
Лучшая команда
Все этапы выиграем,
Все у нас как надо.



Ведущий:

Дорогие друзья! Сегодняшний спортивный праздник посвящен прекрасному празднику всех ребят – празднику «День защиты детей!»
(Приветственное слово гостей)

Ведущий:

Сегодня праздник – турнир, а это значит спортивные состязания команд участниц. А перед каждым двигательным действием необходимо провести разминку.

(Участники перестраиваются в 3 шеренги и выполняют упражнения под музыку, повторяя за фитнес-инструктором).

Ведущий:

Участники состязаний на свои места
«Шагом, Марш!».

(Участники состязаний перемещаются к линии старта и готовятся к нему)

Ведущий:

А пока наши участники готовятся к спортивным состязаниям, хотелось бы узнать, готовы ли болельщики поддержать свои команды!

(Болельщики отвечают)

По моей команде болельщики для разминки дружно хором произносят одну «кричалку» в поддержку своей команды.

Итак, начинаем:

1–я «кричалка» от болельщиков команды _____,

Вторыми в наш марафон включаются болельщики команды _____,

3–я «кричалка» от болельщиков команды _____,

4–я «кричалка» болельщиков команды _____.

А сейчас продолжают болельщики команды _____

и, наконец, в поддержку команды _____

«кричалка» болельщиков.

Ведущий:

Проверяем боевую готовность всех участников:

1. Команды – участницы к спортивным состязаниям – готовы?

2. Судьи – готовы?

3. Болельщики – готовы?

Мы начинаем!

(Команды – участницы состязаются в спортивных эстафетах)

Ведущий:

Вот и подошли благополучно к концу наши спортивные состязания.

Начинаем торжественную церемонию награждения.

Судьям занять почетные места. Участникам пройти на построение.

Слово для награждения предоставляется _____.

1. Дипломом Лауреата награждается команда в номинации
«Самая смелая» _____.

2. Дипломом Лауреата награждается команда в номинации
«Самая ловкая» _____.

3. Дипломом Лауреата награждается команда в номинации
«Самая выносливая» _____.

4. Дипломом Лауреата награждается команда в номинации
«Самая сильная» _____.

5. Дипломом Лауреата награждается команда в номинации
«Самая» _____.

6. Дипломом Лауреата награждается команда в номинации
«Самая» _____.

Ведущий:

Кто не выигрывал сегодня

Завтра будет побеждать,

Песней чествуем героев!

Всех вас просим подпевать.

(Все участники поют песню «Большой хоровод»)

Ведущий:

Вот и финал!

Только грустить не нужно!

Сегодня снова победила дружба.

Спор помогает нам ее беречь.

Успехов вам друзья до новых встреч!



Содержание конкурсных занятий спортивного праздника

1. «Посадка картофеля».

По команде «Марш!» первые участники команды берут два мяча и бегут до первого обруча. Первый мяч кладут в первый обруч и продолжают бег до второго обруча. Оставляют второй мяч во втором обруче, затем огибают флажок и назад возвращаются бегом, передавая эстафету вторым номерам и т.д.

Инвентарь: 2 обруча, 2 мяча.

2. «Пролезь в обруч».

По команде «Марш!» первые участники команды бегут до первого обруча, становятся в него и, поднимая его вверх, снимают его с себя, укладывая перед собой. Участник продолжает бег до второго, третьего, четвертого обручей выполняя то же самое задание.

Инвентарь: 4 обруча.

3. «Веревочка под ногами».

По команде «Марш!» первые участники команды берут скакалку и начинают прыгать через нее, продвигаясь вперед до флажка. Назад они возвращаются бегом. Затем один конец скакалки остается в руках первого номера, а второй конец скакалки отдается второму номеру и они вдвоем растягивая скакалку проносят под ногами своей команды. Команда в это время перепрыгивает через скакалку. Первый участник остается в конце колонны, а второй участник берет скакалку и выполняет то же самое задание и т.д.

Инвентарь: 1 гимнастическая скакалка.

4. «Обводка фишек».

По команде «Марш!» первые участники команды берут гимнастическую палку и резиновый мяч, кладут на землю и гимнастической палкой, толкая мяч, обводят фишки. Назад участник возвращается бегом, передавая гимнастическую палку и мяч следующему участнику эстафеты.

Инвентарь: 6 фишек, 1 гимнастическая палка, 1 резиновый мяч.

5. «Паровозы».

По команде «Марш!» первые участники команды бегут до флажка, возвращаются назад и берут за руку второго участника, продолжая бег до флажка и назад и т.д. Финиширует вся команда.

6. «Конкурс капитанов».

Капитаны по одному называют ФИО выдающихся спортсменов СССР и России.

7. «Строим дом».

По команде «Марш!» участники команды бегут и выстраиваются в шеренгу по одному с интервалом 2 шага. Затем первый участник берет, по одному, предметы детского городка и передает следующему и т.д. Последний участник складывает городок в сектор сбора. Как только последний предмет коснется сектора сбора, то все участники бегом перемещаются к нему и начинают строить дом. После этого вся команда бегом перемещается к линии финиша.

Инвентарь: детский городок из 10 предметов.



ПОЛОЖЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»

I. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ.

Создание условий для улучшения физической подготовленности, спортивного совершенствования, закрепления навыков спортивного стиля жизни на основе нетрадиционных спортивных движений и организационных форм.

Цель достигается решением следующих основных задач:

- Использовать нетрадиционные для спортивной практики движения, двигательные действия в крупных организационных формах типа праздников, конкурсов;
- Организовать нетрадиционные для спортивной практики организационные формы, охватывающие участие детей и подростков от внутриотрядной работы оздоровительного лагеря до проведения в МОУ СОШ. Увеличить двигательный объем занимающихся за счет расширения физических упражнений, в том числе, тестового характера общефизической направленности;
- Оказать содействие формированию знаний общекультурной и специальной (о физической культуре и спорте) направленности.

II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ.

Спортивный праздник проводится на спортивной площадке или спортивном зале. Данный праздник состоит из полуфинального и финального этапов. Полуфинальный этап (в нем состязаются дети внутри отряда-класса), состоит из 3-х туров. В течение 3-х дней участники состязаются на:

1. Баскетбольной площадке – проходят 6 станций.
2. В лесу – эстафетный бег.
3. Волейбольной площадке – подвижные игры «Баллон – бол» и «Вытолкни из круга».

Между отрядами (классами) проводится жеребьевка, которая определяет куда, на какую площадку и в какое время данный отряд приходит на состязания. Финальный этап проходит на баскетбольной площадке. В ходе жеребьевки определяется порядок прохождения отрядами номера станций.

III. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.

В полуфинальном этапе участвуют дети и подростки внутри отряда (класса). Из них формируются 4-6 равных разновозрастных команд.

В финале встречаются сформированные разновозрастные команды (состав 8-10 человек) от каждого отряда (заранее главный судья объявляет по отрядам какой возраст, пол должен присутствовать в команде и в каком количестве).

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

Программа состоит из двух этапов:

- полуфинального;
- финального.

В полуфинальный этап входят состязания 3-х туров:

- I тур-«Самые смелые»;
- II тур – «Самые выносливые»;
- III тур – «Самые ловкие».

Финальный этап состоит из двигательных действий на 6 станциях.

V. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ.

Команды участников полуфинала и финала определяются в соответствии с рейтингом наименьшего времени затраченного на прохождение эстафеты каждой командой, лучшего результата на станциях, а также побед в подвижных играх. Начисление очков каждой команде осуществляется в зависимости от занятого места по системе убывания: за 1 место – 0 очков; за каждое последующее – с умножением на коэффициент – 2 (например: 1 место – 0 очков, 2 место – 2 очка, 3 место – 6 очков и т.д.)

VI. НАГРАЖДЕНИЕ.

После прохождения полуфинального этапа, спортивного праздника «Хоровод забавных состязаний», участники, занявшие 1-3 места, в каждом отряде награждаются сладкими призами.

Участники, занявшие 1-3 места в финале, награждаются ценными призами и дипломами.



СЦЕНАРИЙ ОТКРЫТИЯ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ».

Ведущий:

Всем собравшимся - внимание!
Снова праздник к нам идет!
Мы забавных состязаний
Начинаем хоровод!
Веселится здесь на славу
Будет весь честной народ!
Будут разные забавы –
Все для тех, кто любит спорт!
Всем гостям сегодня рады,
Ждем вас множество наград!
Приглашаем мы команды
На торжественный парад!
Команды – участницы!
К торжественному маршу приготовиться!
Шагом марш!



(Команды выстраиваются на парад)

Ведущий:

Команды – участницы готовы
Путь нелегкий испытать,
Но почетным нужно словом,
Их представить и назвать.

Ведущий:

Я рада представить Вас на сегодняшнем празднике команду №1...
Команда, напоминающая вечный двигатель, энергичная,
непредсказуемая.

Ведущий:

Наши аплодисменты команде №2...
(Визитная карточка команды)
Кредо этой команды:
«Наш девиз-
каждый день один сюрприз.
Ясно ведь, как дважды:
жизнь веселой быть должна».

Ведущий:

Для вас визитная карточка команды №3...

Чтобы решить свои проблемы, ребята объединились, создали свой мир, в котором они понимают друг друга.

Ведущий:

Мы рады приветствовать команду №4...

Все они активные сторонники здорового образа жизни. Их участие в соревнованиях – путь к совершенствованию ума и тела.

Ведущий:

Дорогие друзья!

Мы рады приветствовать команду №5...

Ураган мыслей, движений и эмоций. Но команде удалось организовать эту силу и направить ее не на разрушение, а на созидание.

Ведущий:

Зрители внимание!

Для вас визитная карточка команды №6...

Команда непосед, весельчаков, почемучек, а также самых: сильных, ловких и находчивых, потому что они начинают заниматься различными видами спорта одновременно.

Ведущий:

Сегодня открытие спортивного праздника «Хоровод забавных состязаний», который состоит из трех этапов:

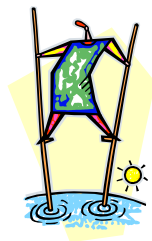
I тур – «Самые смелые»

II тур – «Самые выносливые»

III тур – «Самые ловкие»

Первый тур состоит из 6 станций.

Сейчас уважаемые судьи покажут нам их.

**Описание станций I тура.**

Команды состязаются на 6 станциях, где судьями выявляются лучшие 4-5 участников для финального тура «Большие гонки».

1 - станция – «Обегание обручей».

На 15м дистанции расположено 8 обручей на одной линии в указанной последовательности. Участник обегает обручи по схеме «восьмерки».

(Результат оценивается в сек).

Инвентарь: 8 обручей, секундомер.

2 – станция «Сбивание кеглей».

На средней линии располагаются 10 кеглей. От средней линии в одну и другую сторону располагаются линии броска. Участники располагаются по 5 человек. Бросают до тех пор, пока не собьют кегли в течение 2 мин.



Инвентарь: 10 кеглей, 6 пластмассовых мячиков.

3 – станция «Кузнечики».

Первый участник выполняет прыжок в длину с места. От линии приземления первого второй участник выполняет прыжок в длину с места и т.д. до тех пор, пока последний участник команды закончит выполнение задания. Общий результат команды замеряется и заносится в протокол.

Инвентарь: рулетка.

4 – станция «Толкание набивного мяча».

Первый участник из и.п. ноги врозь набивной мяч (весом 2кг) удерживает у груди двумя руками, затем выполняет толкание вперед. Участник выполняет 3 попытки. Из трех попыток учитывается лучший результат.

Инвентарь: рулетка, набивной мяч весом 2кг.

5- станция «Сгибание и разгибание рук упоре лежа».

И.П. – упор - лежа, голова, туловище, ноги составляют прямую линию. Сгибание рук выполняется до касания грудью ориентира, лежащего на земле, не нарушая прямой линии тела. Разгибание тела до полного выпрямления рук. Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий от пола при условии правильного выполнения задания в произвольном темпе или «Подтягивание на высокой перекладине».

Описание: и.п. «вис на перекладине». Участник сгибает руки, подбородок переносит через перекладину. Ноги не раскачивают участника при выполнении упражнения. Участник выполняет максимальное количество подтягиваний. Судья результат заносит в протокол.

6 – станция «Бег к мячам».

Оборудование: гимнастическая скамейка, 3 набивных мяча массой по 2кг и один мяч массой 3 кг, секундомер, измерительная лента.

Процедура выполнения: участник стоит перед набивным мячом массой 3кг. Сзади него на расстоянии 300см установлена гимнастическая скамейка с расположенными на ней тремя пронумерованными мячами. По сигналу судьи участник касается мяча массой 3кг, затем мяча №1, потом мяча массой 3кг, мяча №2 и после этого опять мяча массой 3кг – задание выполнено. Оценивается время выполнения задания.

Инвентарь: 1 гимнастическая скамейка, 3 мяча массой 2кг, мяч массой 3кг, номера 1,2,3, секундомер.

В конце состязаний судьи подводят итог и выявляют 6 лучших участников от отряда, которые примут участие в финальном состязании.

Второй тур

Комплектуются команды составом по 4-5 чел.

Играющие каждой группы располагаются на удалении 100м друг от друга.

По сигналу судьи сообщают игроку №1 каждой группы название вида спорта. Эти играющие бегут к игроку №2 и передают название вида спорта так, чтобы участники другой группы не слышали. Так эстафета продолжается до последнего участника, который пересекает линию финиша и выполняет рисунок данного вида спорта.

Если участник неправильно выполнил рисунок, то команде к финишному времени прибавляется 1 минута. Если участник чужой команды услышал ключевое слово противоположной команды, то «проштрафившейся» команде прибавляется 1 мин.

Ключевые слова:

Биатлон, фристайл, фехтование, хоккей, баскетбол, теннис.



Третий тур

Подвижная игра «Баллон-Бол»

Проводится жеребьевка, составляются команды по 3 человека, проводится мини-турнир по «Баллон-болу».

Инвентарь и оборудование:

чертится площадка размером 4х2м, она делится пополам линией, ставятся стойки справа и слева по краям средней линии, и натягивается сетка (или маркировочная лента на высоте 1метра), воздушный шар, 6 манишек зеленых, 6 манишек красных, мел белый.

Описание содержания игры:

От каждой команды выбирается по 3 участника, проводится жеребьевка. Первых две команды занимают свои позиции на площадке. Судья подбрасывает монету вверх и смотрит, каким символом приземлилась к нему на руку. Команды заранее обговаривают, какой из символов им будет принадлежать.

Начинается игра по свистку подачей шарика ногой ведущей командой из «зоны подачи». Отлетевший шарик могут принять участники своей команды 3 раза, затем они обязаны перебросить воздушный шар на противоположную сторону. На одной стороне участники имеют право сделать только 4 касания ногой. Если участники касаются шарика рукой, то это считается нарушением и шар передается другой команде. Игра продолжается 3 мин.

Правила:

1. Шар участники имеют право передавать любой частью тела, за исключением рук.
2. Шар все время должен находиться на площадке.
3. Нельзя 2 раза подряд одному и тому же игроку касаться шара.
4. Переход игроки команды осуществляют тогда, когда шар теряет противоположная команда и выполняется подача.
5. За различные нарушения команде засчитывается гол.
6. Игра продолжается 3 мин.
7. Команды играют по круговой системе.
8. Выигравшая команда получает 2 очка, проигравшая 0 очко, ничья 1 очко.

Обязанности судей:

2 судьи на линиях распределяют обязанности между собой.

1-ый - ведет счет и контролирует за ближними линиями. Он проводит жеребьевку, представляет команды, встречающиеся в игре.

2-ой – следит за ближними линиями, за игроками с шаром.

Подвижная игра «Вытолкни из круга».

Оборудование. Гимнастическая палка, разделенная пополам линией, секундомер, цветной скотч, свисток.

Процедура выполнения. На ровной площадке чертится круг радиусом 2м.

В центре круга располагаются два участника. Оба произвольно держаться за палку хватом сверху. Необходимо вытолкнуть соперника за пределы круга. Выигрывает тот, кто останется в круге. Любое касание разметки засчитывается как поражение. Данное единоборство

выполняется до двух побед одного из участников. Участнику запрещается после принятия исходного положения отрывать одну или обе руки от гимнастической палки, а также прижимать гимнастическую палку к туловищу. Ошибка засчитывается как поражение.

Оценка результата. Победителем становится тот, кто одерживает две победы и выходит в следующий круг поединков.

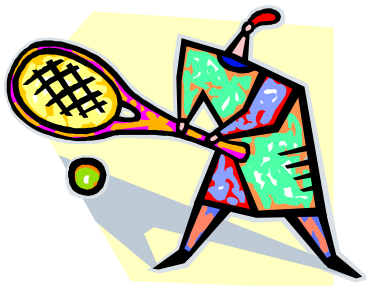
Ведущий:

С завтрашнего дня, начнутся состязания в отрядах. Каждый отряд внутри себя делится на команды, и в ходе прохождения трех туров выявится лучшая команда в отряде, в финале встретятся 10 лучших команд лагеря.

Всем участникам желаем удачи в отборочном туре. Успехов вам друзья!

На этом наше открытие спортивного праздника подошло к концу. Мы ждем вас на спортивных площадках лагеря.

Завершается программа,
Расставанья час настал,
Но совсем прощаться рано
Всех зовем мы на финал!



СЦЕНАРИЙ
СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»
(финальный этап)

Ведущий:

Пусть светлее лица станут!
День сегодня ярче стал!
Здесь забавных состязаний
Начинаем мы финал!
Каждый в этом главном старте
Победить сегодня рад!
Вызываем мы команды:
Всем внимание! На старт!
Команды–участницы!
К торжественному маршу приготовиться!
Шагом марш!



Ведущий:

Команды – участницы готовы
Путь нелегкий испытать,
Но почетным нужно словом,
Их представить и назвать.

Ведущий:

Я рада представить Вам на сегодняшнем празднике команду 1 отряда. Команда, напоминающая вечный двигатель, энергичная, не предсказуемая.

Ведущий:

Наши аплодисменты команде 2 отряда.
Кредо этой команды:
«Наш девиз-каждый день
один сюрприз.
Ясно ведь, как дважды:
жизнь веселой быть должна».

Ведущий:

Внимание, зрители!
Для вас визитная карточка команды 3 отряда
Чтобы решить свои проблемы, ребята объединились, создали свой мир, в котором они понимают друг друга.

Ведущий:

Всем внимание!

Мы рады приветствовать команду 4 отряда.

Все они активные сторонники здорового образа жизни. Их участие в соревнованиях – путь к совершенству ума и тела.

Ведущий:

Дорогие друзья!

Мы рады приветствовать команду 5 отряда.

Ураган мыслей, движений и эмоций. Но команде удалось организовать эту силу и направить ее не на разрушение, а на созидание.

Ведущий:

Уважаемые болельщики!

Для вас визитная карточка команды 6 отряда.

Ваши аплодисменты команде 7 отряда.

Мы рады видеть на сегодняшнем

празднике команду 8 отряда.

На праздник прибыла команда 9 отряда.

И, наконец, самая юная команда участников 10 отряда. Команда непосед, весельчаков, почемучек, а также самых сильных, ловких и находчивых ребят.

Ведущий:

Уважаемые участники, зрители, гости лагеря. Сегодня финал спортивного праздника «Хоровод забавных состязаний», и на него собрались 10 отрядов.

А сейчас для участников соревнований самое сложное состязание – это формирование новых команд на глазах у всех болельщиков. Новые команды в разновозрастных составах продолжают борьбу в нашем финале.

Итак, я попрошу судейскую бригаду подойти к отрядам и предложить им жеребьевку.

(Выходят судьи к своим отрядам с цифрами для жеребьевки).

Участники перестраиваются из 10 отрядов в 6 колонн по 10 человек.

Название команд:

1. «Вымпел»
2. «Стрела»
3. «Звезда»
4. «Спартак»
5. «Динамо»
6. «Салют»

(Судейская бригада выполняет показ двигательных действий на 6 станциях).

Описание двигательных заданий на станциях

1 – станция «Касание кружков»

Оборудование: стол; 2 кружка (диаметром 20см), прикрепляемые к столу на расстоянии 80см от середины друг друга; скотч; секундомер.

Процедура выполнения: Участник стоит перед столом на удобном для выполнения задания расстоянии. Ладонь менее ловкой руки располагается на пластинке, по обе стороны которой расположено по одному кружку. Ладонь более ловкой руки опускается накрест на лежащую менее ловкую руку.

По сигналу участник начинает как можно быстрее касаться поочередно одного кружка более ловкой рукой. Каждого кружка участник должен коснуться 25 раз; в сумме 50. Учитывается результат секундомера.

Инвентарь: 2 кружка, скотч, стол, секундомер, линейка.

2 – станция «Бег к мячам»

Оборудование: гимнастическая скамейка, 3 набивных мяча массой по 2кг и один мяч массой 3кг, секундомер, измерительная лента.

Процедура выполнения: участник стоит перед набивным мячом массой 3кг. Сзади него на расстоянии 300см установлена гимнастическая скамейка с расположенными на ней тремя пронумерованными мячами. По сигналу судьи участник касается мяча массой 3кг, затем мяча №1, потом мяча массой 3кг, мяча №2 и после этого опять мяча массой 3кг – задание выполнено. Оценивается время выполнения задания.

Инвентарь: 1 гимнастическая скамейка, 3 мяча массой 2кг, мяч массой 3кг, номера 1,2,3, секундомер.

3 – станция «Прыжки со скакалкой»

Участник выполняет прыжки на скакалке за 30 сек., затем передает скакалку следующему участнику. Он выполняет тоже задание и т.д. до последнего участника команды. Судья подсчитывает суммарное количество выполненных прыжков.

Инвентарь: скакалка, секундомер.



4 – станция

«Метание набивного мяча из положения «присед - ноги врозь»

Участник принимает положение «присед - ноги врозь», набивной мяч массой 1-3кг удерживает двумя прямыми руками вверх. Из заданного положения участник выполняет бросок набивного мяча из-за головы как можно дальше. Выполняется 3 попытки, лучшая попытка фиксируется.

Инвентарь: Коврик, сантиметровая лента, набивной мяч 1-3кг.

5 – станция «Наклон туловища вперед из положения «сидя»

Участник садится на коврик, пятки стоп ставит на линию. Расстояние между стопами 20см, выполняет наклон вперед. Судья линейкой измеряет расстояние от линии постановки стоп до касания пальцами земли. Результаты участников складываются и фиксируются в протоколе.

Инвентарь: коврик, линейка.

6 – станция «Поднимание туловища за 30 сек»

И.п. лежа на спине, ноги согнуты в коленных суставах под углом 90 градусов, руки держать «скрестно» перед грудью. Партнер удерживает ноги. По команде «Марш!» участник в течение 30сек выполняет поднимание и опускание туловища до касания лопатками коврика. Данное задание выполняют все участники команды. Результаты участников складываются и фиксируются в протоколе.

Инвентарь: коврик, секундомер.

Ведущий:

Участники состязаний благополучно завершили прохождение станций. Команды – участницы приглашаются на торжественную церемонию награждения!

Ведущий:

Начинаем торжественную церемонию награждения,
(награждаются 3 команды победительницы призами и грамотами, 3
команды грамотами).

Состязания завершаем,
Этот праздник на исходе.
И сейчас мы поздравляем
Всех кто с нами хороводил.
Вы смекалку проявили
Силу, ловкость и уменье,
Значит точно, заслужили
Вы сегодня поздравленья!
И сказать мы вам готовы
Ждет вас скоро праздник новый!



**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ УЧАСТНИКОВ (№__ ОТРЯДА)
ПОЛУФИНАЛЬНОГО ЭТАПА СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»**

I-ТУР

| Команды | Обегание обручей | | Сбивание кеглей | | Кузнечики | | Толкание набивного мяча | | Подтягивание | | Бег к мячам | | Всего очков | Место |
|---------|------------------|------|-----------------|------|-----------|------|-------------------------|------|--------------|------|-------------|------|-------------|-------|
| | время | очки | время | очки | длина | очки | длина | очки | кол-во | очки | время | очки | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |

Тренер _____

Вожатый _____

**ПРОТОКОЛ СТАНЦИИ № _____
ПОЛУФИНАЛЬНОГО ЭТАПА СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»**

I-ТУР

| КОМАНДЫ | РЕЗУЛЬТАТ | МЕСТО |
|---------|-----------|-------|
| 1 | | |
| 2 | | |
| 3 | | |
| 4 | | |
| 5 | | |

Секретарь _____

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ УЧАСТНИКОВ (№ __ ОТРЯДА)
ПОЛУФИНАЛЬНОГО ЭТАПА СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»**

II-ТУР

| Команды | Результат (время) | Рисунок | Штраф | Итоговое время | Очки | Место |
|---------|-------------------|---------|-------|----------------|------|-------|
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Тренер _____

Вожатый _____

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ УЧАСТНИКОВ (№ __ ОТРЯДА)
ПОЛУФИНАЛЬНОГО ЭТАПА СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»**

III-ТУРА

**ТАБЛИЦА ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ
«БАЛЛОН – БОЛ»**

| Команды | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---------|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |
| 5 | | | | | | |

Секретарь _____

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ УЧАСТНИКОВ (№ __ ОТРЯДА)
ПОЛУФИНАЛЬНОГО ЭТАПА СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»**

III-ТУРА

**ТАБЛИЦА ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ
«ВЫТОЛКНИ ИЗ КРУГА»**

| Команды | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|---------|---|---|---|---|---|---|
| 1 | | | | | | |
| 2 | | | | | | |
| 3 | | | | | | |
| 4 | | | | | | |
| 5 | | | | | | |

Секретарь _____

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ
УЧАСТНИКОВ ФИНАЛЬНОГО ЭТАПА
СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»**

| Ко ман да | Касса- ние круж- ков | | Бег к мячам | | Прыжок со скакал- кой | | Мета- ние набивн. мяча | | Наклон туло- вища | | Поднима- ние туловища за 30сек. | | Все го очк ов | М е с т о |
|-----------------|-------------------------------|-----------------------|---------------------------|-----------------------|--------------------------------|-----------------------|---------------------------------|-----------------------|---------------------------|-----------------------|--|-----------------------|------------------------|-----------------------|
| | Ре зу ль та т | М е с т о | Ре зу ль та т | М е с т о | Ре зу ль та т | М е с т о | Ре зу ль та т | М е с т о | Ре зу ль та т | М е с т о | Ре зу ль та т | М е с т о | | |
| 1 | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | | |

Секретарь _____

ПРОТОКОЛ СТАНЦИИ № _____
ФИНАЛЬНОГО ЭТАПА СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»

| Команда | Результат | Место |
|---------|-----------|-------|
| 1 | | |
| 2 | | |
| 3 | | |
| 4 | | |
| 5 | | |

Судья _____

СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ УЧАСТНИКОВ ПОЛУФИНАЛЬНОГО
ЭТАПА СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА
«ХОРОВОД ЗАБАВНЫХ СОСТЯЗАНИЙ»

| Команды | Обегание обручей | | Сбивание кеглей | | Кузнечики | | Толкание набивн. мяча | | Подтягивание | | Бег мячам | | Эстафета | Баллонбол | Выталакивание из круга | Всего очков | Место |
|---------|------------------|------|-----------------|------|-----------|------|-----------------------|------|--------------|------|-----------|------|----------|-----------|------------------------|-------------|-------|
| | время | очки | кол-во | очки | длина | очки | длина | очки | кол-во | очки | время | очки | очки | очки | очки | | |
| 1 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Вожатые _____

Тренер _____

