

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОМЕЛЬСКОГО  
ОБЛАСТНОГО ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО КОМИТЕТА

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«СВЕТЛОГОРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНДУСТРИАЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА ВНЕКЛАССНОГО  
МЕРОПРИЯТИЯ

**СУПЕРХОЗЯЮШКА**



Светлогорск, 2022

Составители: Марковская Светлана Евгеньевна, преподаватель первой квалификационной категории УО «Светлогорский государственный индустриальный колледж»

### Аннотация

Данная методическая разработка включает в себя сценарий, в который входят шуточные эстафеты для двух команд. В команду входит 6 человек (5 девушек и 1 юноша). За каждый конкурс, командам начисляются баллы, которые они набрали. В соревнованиях побеждает команда, набравшая большее количество баллов. За ошибки, некорректное поведение во время мероприятия у команды могут снижаться баллы.

Методическая разработка предназначена для кураторов и преподавателей физической культуры и здоровья, для подготовки и проведения спортивного мероприятия, посвященного Дню 8 марта.

Рассмотрена и одобрена на заседании цикловой комиссии преподавателей физической культуры и здоровья

Протокол № \_\_\_\_\_ от «    » \_\_\_\_\_ 2022г

Председатель цикловой комиссии \_\_\_\_\_ С.Е. Марковская

Регистрационный номер \_\_\_\_\_

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Сценарий мероприятия	5
Список использованных источников	8
Приложение 1	9

## **ВВЕДЕНИЕ**

В педагогической практике по физическому воспитанию особое место занимают игровые соревнования типа эстафет, в которых участвуют две и более команд.

Согласно классификации коллективных подвижных игр, разработанной профессором В. Г. Яковлевым, эстафеты относятся к группе игр, в которых участники ведут борьбу за свою команду самостоятельно или группами при взаимоподдержке и взаимопомощи своих товарищей, не вступая в соприкосновение с соперником. Личная ответственность каждого участника за победу команды и коллективные действия играющих — ценный воспитательный фактор.

Необходимость действовать с полной отдачей сил помогает решать задачи развития не только двигательных качеств, но и так называемой скоростной техники — незаменимого компонента для выполнения упражнений с максимальной быстротой и точностью, с соблюдением правил рациональной техники. Данные требования к исполнению упражнения роднят эстафеты со спортивными соревнованиями, делают их весьма полезной ступенькой на пути в спорт.

Эстафеты исключительно эмоциональны, но требования строго соблюдать установленные правила дисциплинируют участников, приучают их управлять своими эмоциями, помогают совершенствовать волевые качества.

## СЕНАРИЙ МЕРОПРИЯТИЯ

**Цель:** развивать устойчивый интерес учащихся к физкультуре и спортивным занятиям.

**Задачи:**

- формирование ценностей здорового образа жизни среди учащихся;
- вырабатывать умения и навыки сотрудничества со сверстниками в процессе спортивной деятельности;
- воспитывать ловкость, скорость реакции

**Ход мероприятия:**

**Ведущий:** Добрый день дорогие участники, уважаемые гости! Мы рады приветствовать вас в нашем зале. Сегодня наше мероприятие посвящено замечательному весеннему празднику Дню 8 марта. Позвольте представить вам команды прекрасных девушек, которые сегодня примерять на себя роль «Суперхозяйюшки».

***Визитка команд.***

***Представление судей.***

**Ведущий:** И так все готовы. Девчонки, я вам предлагаю пройти небольшой квест. Молодая семья. Муж на работе. Вы, как любящая жена собираетесь организовать праздничный ужин. С чего начать? Ну конечно же с похода в магазин за продуктами.

***1 эстафета «В магазин за продуктами»***

Инвентарь: 2 стойки с обручами, 2 стола, карточки по числу участников в каждой команде с продуктами и предметами, сумочки.

Первая участница с сумочкой пролазит в обруч, добегают до стола, на котором стоит контейнер с перемешанными карточками, берет карточку с продуктом, опускает в сумочку и бежит обратно, передает сумочку следующей участнице. Побеждает команда, первой закончившая эстафету, при этом карточки в сумочке должны быть только с продуктами.

**Ведущий:** Ну что ж, с магазином вы справились хорошо. Теперь надо навести в доме порядок, накрыть стол. Столько работы, а малыш никак не хочет оставаться один. А тут еще и свекровь позвонила. И как же вы справитесь?

***2 комбинированная эстафета «В доме порядок»***

Инвентарь: 2 стола, 2 тазика, набор вещей, веревка, прищепки, 2 веника, 2 швабры, 4 тарелки, 4 стакана, 2 салфетки, 4 вилки, 2 воздушных шара, два телефона, 8 конусов.

1. Первая участница, удерживая на руках ребенка (воздушный шар), и одновременно разговаривая по телефону, подбегает к веревке с бельем. Не касаясь таза руками (передвигать таз можно ногой), снимает белье так, чтобы оно упало в таз. После того как белье снято, возвращается к своей команде, передает ребенка и телефон следующей участнице.
2. Пробегает «змейкой» между конусами, забирает таз с бельем и бежит обратно, передает эстафету.
3. Ведет предмет веником между конусами и возвращается обратно.
4. Ведет тот же предмет между конусами шваброй и возвращается обратно.
5. Пробегает между конусами и вытирает стол.
6. Пробегает между конусами и расставляет тарелки.
7. Пробегает между конусами и расставляет стаканы.
8. Пробегает между конусами и разлаживает вилки.

**Ведущий:** Вот в доме и порядок. Какие же вы молодцы! Наверное, очень устали и можете немного отдохнуть. А пока конкурс для ваших капитанов. Все знают народную поговорку «Муж - голова, жена – шея. Куда шея повернет, туда голова и смотрит» Вот сейчас и проверим ваши задатки руководителя.

### ***3. Конкурс «Голова и шея»***

Инвентарь: косынка, веник, конусы.

Парню завязывают глаза косынкой, дают в руки веник. Под команды девушки, парень должен веником провести предмет между конусами. Побеждает команда, которая справится быстрее.

**Ведущий:** Теперь нужно приготовить вкусный ужин. Печем торт!

### ***4. «Торт»***

Инвентарь: 2 мольберта, скотч, два рисунка торта, разделенного на 8 кусков, 2 стола.

Первая участница берет со стола фрагмент торта, бежит к мольберту, и крепит его с помощью скотча, возвращается обратно, передает эстафету следующей участнице и т.д. Побеждает команда, первой закончившая эстафету.

**Ведущий:** В доме - чисто, ужин готов. Осталось покормить и уложить малыша спать.

### ***5. комбинированная эстафета «Заботливая мама»***

Инвентарь: 2 стола, 2 стула, 2 салфетки, 2 слюнявчика, 2 йогурта, 2 сока, 2 чайные ложки.

На противоположной от команд стороне на стуле сидит ребенок (юноша из группы), рядом стоит стол. 8 участниц последовательно выполняют следующие действия:

1. Приносит и застилает на стол салфетку.
2. Одевает слюнявчик.
3. Приносит йогурт и ложку.
4. Приносит сок.
5. Открывает йогурт и кормит малыша.
6. Открывает сок и поит малыша.
7. Снимает слюнявчик.
8. Подбегает к малышу и поет «Баю –бай, баю – бай, спи мой мальчик, засыпай»

Побеждает команда, первой закончившая эстафету.

**Ведущий:** Вот и закончены все хлопоты: в доме порядок, готов вкусный ужин, малыш тихо посапывает в кроватке. Возвращается домой с работы муж. В руках у него огромный букет и огромное количество комплиментов для любимой.

### ***6. Конкурс для парней «комплимент»***

Приглашаются по два парня из каждой группы. По очереди они должны говорить один комплемент девушке, который начинается на первую букву ее имени. Выигрывает команда, чей комплимент был последним.

Построение. Подведение итогов. Награждение.

(В ПРИЛОЖЕНИИ 1 представлены общий фотографии проведенного мероприятия)

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. **Мальцев, А. И.** Сценарии спортивных праздников в школе / А. И. Мальцев. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005. - 219 с. 4.
2. **Овчаров, В.С.** Настольная книга учителя физической культуры / В. С. Овчаров. - Минск: Сэр-Вит, 2008. - 200 с. 5
4. **Сорокина, А. С.** Тематические игры и праздники: метод, пособие для учителя / А. С. Сорокина. - М.: ТЦ Сфера, 2004. - 98 с.
5. **Подвижные игры и эстафеты в физическом воспитании** (Электронный ресурс) Режим доступа: <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/> Дата доступа: 24.02.2022
6. **Спортивное мероприятие к празднику 8 марта** ( Электронный ресурс) Режим доступа: <https://урок.рф/library/> Дата доступа: 24.02.2022