**Внеклассное мероприятие по физической культуре «Вперёд, девчата!»**

Подготовил и провёл учитель физической культуры Синельников Г. В.

Цель:

- популяризация физической культуры у девочек;

- формирование устойчивого интереса к урокам физической культуры и спорта;

- воспитание чувства товарищества, взаимовыручки, дружбы.

Место проведения: спортзал

Инвентарь: баскетбольные мячи, лыжи, теннисные шарики, штаны, 2 листа бумаги, 2 карандаша, скакалки, 2 совка.

Место проведения: спортивный зал

Оформление зала: лозунги- плакаты

 «Сначала здоровье, рекорды - потом!», «Быстрее бегать - быстрее думать!», «Развиваем тело, закаляем дух!».

Музыкальное оформление: музыка для конкурсов

Ход мероприятия

Ведущий:

 Добрый день девочки и мальчики! Сегодня мы проводим конкурс «Вперёд, девчата!». Вы увидите состязания весёлых и находчивых девочек нашей школы среднего звена.

Ведущий:

По плечу победа смелым, ждет того большой успех,

 Кто не дрогнув, если нужно, вступит в бой один за всех.

 Пусть жюри весь ход сраженья без промашки проследит.

 Кто окажется дружнее, тот в бою и победит.

 Представление жюри.

Конкурс 1. «**Визитка**».

 Каждая команда представляет свое название, девиз.

Ведущий:

Закончился конкурс «Визитка», какие все разные оказались команды. Но все похожи и едины в одном: спорт и движение самое лучшее средство от болезней, плохого настроения. И ещё очень хорошее средство от всего названного - это музыка! Музыка плюс движение -это здоровье и позитив!

Конкурс 2 «**Музыкальная разминка**».

 Команды выполняют О.Р.У. под музыку. Капитаны команд проводят разминку со своей командой. Побеждает тот, у кого выполнится слаженней.

Ведущий:

Вот заданье потрудней,

Помудрей и посложней.

 Чтобы Вам вперед идти,

 Нужно шар вести вперед.

Конкурс 3 «**Эквилибристка**».

 Тройки получают хорошо надутый мяч футбольный или баскетбольный. Один из тройки, поддерживаемый под локти двумя другими игроками, переступая на мяче, катит его. Побеждает та команда, которая первая закончит эстафету.

Конкурс 4 «**Бег в штанах**».

 двое участников берут штаны, просовывают одну ногу в штанину, бегут вдвоём в одних брюках до ориентира и возвращаются обратно.

Ведущий:

По лыжне, с винтовкой мчатся,

Парни, девушки стрелой.

Им придётся постараться.

Мы ж - болельщики с тобой.

Конкурс 5 «**Весёлый биатлон**».

 Участники команд на линии старта надевают одну лыжу по команде бегут до отметки, берут теннисный шарик и кидают в мишень. Учитывается количество попаданий в цель.

Ведущий:

 Слово предоставляется судейской коллегии, которая представит нам результаты первых пяти конкурсов. Выступление жюри.

Ведущий: А сейчас мы проверим наших девочек, насколько они эрудированны.

Конкурс 6 «**Спортивная викторина**».

Каждая команда отвечает на 10 вопросов, записывая на листочки (в течение 1 минуты).

1. Начало бега. (Старт)

2. Чего не надо, если есть сила? (Ума)

3. Инструмент спортивного судьи. (Свисток)

4. Боксерский корт. (Ринг)

5. Гонки на лыжах со стрельбой из винтовки ( Биатлон)

6. Спортивный снаряд для перетягивания. (Канат)

7. "Бородатый" спортивный снаряд. (Козёл)

8. Мяч вне игры. (Аут)

9. Передача мяча в игре. (Пас)

10. Игра с мячом-дыней (Регби)

1. Спортивный поход или экскурсия по определенному маршруту (Туризм)

2. Бейсбольная ударница. (Бита)

3. Танцор на льду.(Фигурист)

4. Что стремятся установить спортсмены на соревнованиях (Рекорд)

 5. Летний вариант коньков (Ролики)

6. Молодой спортсмен. (Юниор)

7. Её просят лыжники. (Лыжню)

8. Предки кроссовок. (Кеды)

9. Летающий участник бадминтона. (Воланчик)

10.В какой игре используются мяч наибольшей величины(баскетбол)

Ведущий:

Всем скакалка знакома отлично.

Будем прыгать мы сколько хотим.

И в командном зачете, конечно,

Победителей определим.

Конкурс 7 «**Веселая скакалка**».

 По сигналу первые номера начинают передвижение, прыгая на двух ногах через скакалку. Обогнув ориентир, возвращаются обратно и передают скакалку следующей.

Ведущий:

Вижу я со стороны,

 Команды в технике равны.

 Взглянуть хочу я побыстрей,

Чьи капитаны пошустрей.

Конкурс 8 «**Конкурс капитанов**».

 На полу разбросаны теннисные шарики. Не трогая шарики руками, с помощью совка подцепить один шарик, отнести его в корзину и вернуться обратно. Побеждает тот, кто за 1 минуту соберет наибольшее количество шариков.

Ведущий:

Отдых – это не безделки,

Время игр и новостей.

Начинаем посиделки

Для любезных, для гостей.

Конкурс 9 «**Посиделки**».

 Участницы команд усаживаются на спортивные скамейки в затылок друг другу и передают мяч сверху сидящему сзади игроку. Последний с мячом бежит, садится вперёд и снова передаёт мяч. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах.

Ведущий:

Последний вид соревнований

 Мы завершили, и сейчас

 Итог всех наших состязаний

 Пусть судьи доведут до нас.

А пока жюри подводит итоги, я предлагаю болельщикам отгадать загадки.

1)Выиграть в соревнованиях,

Это наше кредо.

Мы не требуем признания,

Нам нужна... (**победа**)

2) Победитель в соревнованиях,

Впереди все время только он.

Как звучит, скажите, гордое название?

Знают все, что это... (**чемпион)**

3) Есть лужайка в нашей школе,

А на ней козлы и кони.

Кувыркаемся мы тут

Ровно сорок пять минут.

В школе – кони и лужайка?!

Что за чудо, угадай-ка! (**Спортзал**)

4) Зеленый луг,

Сто скамеек вокруг,

От ворот до ворот

Бойко бегает народ.

На воротах этих

Рыбацкие сети. (**Стадион**)

Выступление жюри, подведение итогов конкурсов, награждение.

Ведущий: Давайте дружными аплодисментами проводим наших участниц конкурса «Вперёд, девчата!» Пожелаем им удачи и побед! А всем присутствующим дружить со спортом и здоровьем!