

## **ОРГАНИЗАЦИЯ МАССОВОГО ЗИМНЕГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО МЕРОПРИЯТИЯ НА БАЗЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ**

*Разработчик:  
А.Н. Беляев,  
учитель физической культуры высшей квалификационной категории  
МОУ «Средняя школа № 48» г. Ярославль*

Массовые физкультурные мероприятия являются эффективным методом приобщения учащихся к физической культуре и спорту, способствуют повышению уровня их физической подготовленности, воспитывают полезные двигательные умения и навыки, стимулируют интерес к более серьезным занятиям ФК и спортом.

Физкультурное мероприятие не только интересная форма пропаганды физической культуры, но и занимательный отдых.

Организация массового физкультурного мероприятия – работа всей школы, процесс весьма трудоемкий, требующий определенных материальных затрат и достаточно времени на подготовку. Важно, чтобы мероприятие в основном проводили сами обучающиеся под контролем организаторов мероприятия.

### **Общие рекомендации по организации мероприятия**

Предварительно учащиеся, привлечённые к спортивному мероприятию, должны проанализировать и подготовить дополнительную информацию по тематике спортивного мероприятия по разным образовательным предметам. Преимуществом будет организация предметных конкурсов и викторин по истории, литературе, географии и пр.

К организации спортивного мероприятия, желательно привлечь не только спортивный актив школы и учеников старших классов, но и детей, отнесённых к СМГ.

Составляя программу мероприятия, необходимо учитывать идею праздника (чему посвящен и под каким девизом проходит), конкретные условия (зал, площадка, зима, лето.)

Для проведения игр и конкурсов, необходимо выбирать наиболее простые и понятные для исполнения упражнения, которые подобраны с учётом возрастных особенностей детей, данные конкурсы должны быть интересны не только участникам мероприятия, но и всем присутствующим.

Большое значение имеет организация и проведение рекламной компании, как внутри учебного заведения, так и среди родителей и жителей микрорайона.

При подготовке мероприятия необходимо:

- распределить ответственных на каждом этапе подготовке к мероприятию (учителя Ф.К., учителя предметники, организаторы внеклассной работы, классные руководители);

- определить общее количество участников (учитывая возраст учащихся при подборе материала);

- продолжительность мероприятия в зависимости от возраста обучающихся (для младшего возраста не более 60 минут, среднего до 1,5 часов, старшего не более 2,5 часов);

- подготовить график проведения мероприятия;

- подготовить места проведения мероприятия (с учётом техники безопасности места проведения);

- подготовить материально-технической базы;

- подготовить и оформить места проведения мероприятия (тех. подготовка: музыка, микрофон, наглядная агитация);

- пригласить для проведения мероприятия ведущего;

- пригласить фото и видео оператора, можно из числа учащихся;

- организовать медицинское обслуживание мероприятия;

- подготовить раздевалки и места гигиены для участников;

- подготовить места обогрева участников мероприятия.

## ОБРАЗЕЦ ПРОГРАММЫ

### ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ФЕСТИВАЛЯ «РУССКАЯ ЗИМА»

#### В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Дата проведения: декабрь 2022 г.

Место проведения: МОУ СШ № 48, пришкольная территория, стадион.

Участники: обучающиеся 1-9 х классов, родители, жители Заволжского района.

Организаторы и исполнители: заместитель директора по УВР, классные руководители, педагоги по предметам (физическая культура, литература, история, ИЗО, музыка, трудовое обучение), обучающиеся 10-11 классов.

Сроки проведения	Мероприятие	Ответственный/исполнитель	Примечание
ПОДГОТОВКА К МЕРОПРИЯТИЮ			
до 29.11.22	Обеспечить медицинское обслуживание мероприятия	Журина И.Н.	
	Подготовить раздевалки и места гигиены для участников	Сочнев В.В.	СК «Олимп»
	Подготовить места обогрева участников мероприятия		
	Разработать программу и сценарий праздника	Беляев А.Н.	
	Отобрать старшеклассников, которые будут проводить конкурсы, подвижные игры		
	Подготовить критерии оценки победителей		
	Организовать приглашение для детских садов	Зорина О. И.	
	Организовать ведущих мероприятия и танцевальную программу		
	Приобрести призы для победителей и участников		
	Организовать мультвикторину согласно сценария		
	Организовать встречу и сопровождение гостей и участников фестиваля		
	Организовать музыкальное сопровождение праздника		
	Опубликовать Программу «Русская зима» на сайте школы, сайте ИРО	Перевалова А.И.	

	Организовать фото-, видео-съемку	Сорокина А.	
	Подготовить места проведения мероприятия (с учётом ТБ места проведения)	Зорина О. И. Беляев Ан.Н, Смирнова О. В.	
	Подготовить спортивный инвентарь для проведения фестиваля	Беляев Ан. Н, Смирнова О. В., Сочнев В.В., Беляев А.Н., Старков А. Г.	
<b>ПРОВЕДЕНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ</b>			
29.11.2022 г- 28.12.2022 г	Запуск конкурса рисунков на тему «Русская зима»	Зорина О. И. / Классные руководители	Выставка рисунков с 5.12 до 28.12.2022 г
	Тематические уроки на тему «Русская зима» по предметам: литература, история, ИЗО, музыка, физическая культура	Педагоги по предметам	
	Новогодний турнир по волейболу среди обучающихся 7-8 классов и родителей данных классов (с 12-00 до 17-00)	Беляев Ан. Н, Смирнова О. В., Сочнев В.В., Беляев А.Н., Старков А. Г. / обучающиеся 10-11 классов	С 29.11.20022 г. до 23.12.20022 г. (по отдельному графику)
	Новогодний турнир по волейболу среди обучающихся 5-6; 7-8; 9-10 классов, с обучающимися других образовательных учреждений.	Беляев Ан. Н, Смирнова О. В., Сочнев В.В., Беляев А.Н., Старков А. Г. / обучающиеся 10-11 классов	
	Конкурсы и забавы на свежем воздухе для 4- 5-6 классов «Зимние забавы» в рамках проведения фестиваля: «Русская зима» (с 12-00 до 14-00)	Зорина О. И. Беляев Ан.Н, Смирнова О. В., Сочнев В.В., Беляев А.Н., Старков А. Г. /обучающиеся 10-11 классов	9.12.2022 г.
	Выставка рисунков, поделок, стенгазет. Подведение итогов конкурсов	Зорина О. И. / Классные руководители	
	Праздник «Русская зима» для обучающихся 1 классов и детских садов, родителей и жителей Заволжского района. ✓ Эстафеты, конкурсы, подвижные игры, забавы	Зорина О. И. Беляев Ан.Н, Смирнова О. В. Классные руководители /обучающиеся 10-11 классов;	7.12.2022 г

## Сценарий массового физкультурного зимнего мероприятия

### «Русская зима»

(учащиеся первых классов и воспитанники детских садов)

Цель: приобщение детей к здоровому образу жизни посредством активизации двигательной деятельности.

Задачи:

- развивать внимание, ловкость, меткость, выносливость, быстроту, умение действовать по сигналу; работать в команде;
- воспитывать доброжелательность, интерес к зимним забавам.

Место проведения: МОУ СШ № 48, пришкольная территория, стадион.

Участники: обучающиеся 1 классов, воспитанники детских садов, родители (законные представители), жители Заволжского района.

Организаторы и исполнители: заместитель директора по УВР, классные руководители, учителя физической культуры, инструкторы по физической культуре, обучающиеся 10-11 классов.

Ведущие: Снеговик и Баба яга.

#### **I часть** (актовый зал)

*Просмотр мультфильма «Вовка и зима в тридевятом царстве».*

Вопросы по окончанию фильма:

1. Что можно делать зимой?
2. Какие виды спорта вы можете перечислить?
3. Что такое хоккей?

*Спортивный танец*

*Просмотр и обсуждение мультфильма «Жила – была царевна»*

*Спортивный танец*

*Просмотр мультфильма «Чемпион»*

Вопросы по окончанию фильма:

1. Каких животных вы узнали?
2. Почему волк проиграл?
3. Почему щенок выиграл?

## **II часть** (спортивная площадка)

Ведущие: Добрый день дорогие друзья, любители спорта, ценители красоты и здоровья! Сегодня у нас спортивный праздник «Русская зима-2022». Вам даётся несколько минут, чтобы вы разделились на две команды и придумали себе название команды.

Самые активные. Очень спортивные,  
Дружные и отважные команды наши важные.

Ведущий: Наш спортивный - зимний праздник «Русская зима-2022» объявляется открытым. Знакомимся с главными действующими лицами нашего праздника.

*Представление команд.*

Воспитанники детских садов: Наш девиз: «...».

Обучающиеся первых классов: Наш девиз: «Первый класс – это класс!».

Ведущий:

Итак, начинаем соревнование

Наше спортивное состязание.

*1. «Собери мячи»*

Каждый член команды должен собрать по 5 мячей и сложить их в центр обруча. (жюри подводит итоги). Начало соревнования по сигналу.

Мячи: баскетбольные, волейбольные, футбольные, теннисные.

*2. «Принеси мячи»*

Каждый участник команды должен взять любое количество мячей и принести во второй обруч.

Выигрывает команда, которая быстрее принесёт все мячи.

Ведущий: Чья команда скажет громче, та и выиграет теперь!

На катке игра идет

Раскален коньками лед

Шайбу клюшками гоняют и в ворота забивают

Эй, ребята веселей! Это спорт у нас: хоккей!

### 3. «Хоккей»

Участвуют две команды, у первых игроков клюшка и шайба. По сигналу игроки оббегают дистанцию с кеглями, ведя шайбу клюшкой. Возвратившись на место, передают эстафету следующему участнику. Выигрывает команда, первой закончившая пробег.

### 4. «Гонки на санях»

Ведущий: Наши сани быстро мчатся, нам за ними не угнаться!

Команда делится по парам. Один участник везёт другого, огибая разные препятствия. Выигрывает команда, первая пришедшая к финишу.

Ведущий: Чья команда скажет громче, та и выиграет теперь!

Очень трудно быть не спорьте

Самым точным в этом спорте

Быстро мчатся по лыжне

А потом попасть в мишень

А мишень тебе не слон

Спорт зовется: биатлон

### 5. «Биатлон»

Участник бежит на импровизированных лыжах до места стрельбы, берёт теннисный мяч и кидает его в мишень, при попадании участник возвращается к своей команде и передает эстафету. Если участник не попал в мишень, то он делает 5 приседаний.

Изготовить лыжи из пластиковых бутылок. Вырезать отверстие в форме стопы, края обязательно оклеить толстым материалом.

Побеждает команда, которая быстрее выполнит эстафету.

Ведущий:

Десять слева, десять справа

Только мускулы трещат

Пот со лба ручьями льётся, но удача улыбнётся

Только тем, кто не сдаётся, кто вперёд не подаётся,

А, кряхтя, идёт назад. И скользит, и словно рвётся

У ребят из рук ... (канат).

*6. «Перетягивание каната»*

1. В перетягивании каната должны принимать участие все игроки.
2. Команда, перетянувшая на свою сторону соперников, считается победительницей.

*Подведение общих итогов жюри*

Ведущий:

Весёлые, задорные, отважные, упорные,

Умелые и смелые сейчас стоят в строю!

И вот, поэтому, сейчас, призы мы будем им вручать!

*Награждение победителей, круг почёта.*

Ведущий: До счастливых новых встреч, друзья!



## Сценарий массового физкультурного зимнего мероприятия

### «Русская зима»

(учащиеся четвертых-шестых классов)

Цель: создание условий для формирования у обучающихся интереса к народным играм и популяризации здорового образа жизни.

Задачи:

- формирование здорового образа жизни;
- укрепление здоровья обучающихся;
- развитие ловкости, быстроты, выносливости средствами народных игр;
- предоставление обучающимся возможности для самореализации и личностного роста;
- выявление обучающихся, обладающих организаторскими способностями и лидерскими качествами.

Место проведения: МОУ СШ № 48, г. Ярославль, ул. Папанина, д 10 «а»

Участники мероприятия: обучающиеся 10-13 лет включительно.

Состав команды: 5 девочек и 5 мальчиков.

Условия проведения мероприятия: проводится по 12 этапам.

Команда может быть оштрафована и дисквалифицирована во время участия в этапах и между ними за:

- неуважительное отношение к команде соперника;
- неуважительное отношение к судейской команде, членам оргкомитета;
- небрежное отношение и порчу спортивного инвентаря и оборудования;
- неспортивное поведение;
- неоднократное нарушение правил проведения игры.

Правом вынесения штрафа обладает любой судья, ведущий игру. О назначении штрафов команды информируются сразу по принятию решения о штрафе. Штрафной балл приравнивается к 0,5 очка. В случае, если штраф был назначен во время игры, то штрафные очки вычитаются из количества очков, заработанных командой по итогам этапа. В случае, если штраф был назначен в перерыве между этапами игры, то штрафные очки вычитаются из общего количества набранных по итогам игры очков.

Определение победителей: команды классов определяют себе соперников, с помощью жеребьёвки среди 4, 5, 6 классов. Во время жеребьёвки команды получают карточки с номерами площадок на которых они выступают.

Примерное распределение площадок: карточка № 1 - площадки 1-4-8; карточка № 2 - площадки 2-5-9; карточка № 3 - площадки 3-6-10; карточка № 4 - площадки 8-1-4; карточка № 5 - площадки 9-5-2; карточка № 6 - площадки 10-6-3; карточка № 7 - площадки 7-11-12; карточка № 8 - площадки 12-7-11.

Победитель определяется по наибольшей сумме очков, набранных командами в каждом этапе. При равенстве набранных очков у двух или более команд, преимущество получает команда, участники которой заняли наибольшее количество призовых мест (1, 2, 3).

Награждение победителей: команды, занявшие I, II и III места, награждаются грамотами. Все остальные команды получают свидетельства участника.

### **Площадка 1 «Возьми последним»**

Играющие двух команд строятся в колонну по одному за общей линией старта. Впереди колонн на расстоянии 20 м расставлены в ряд городки, булавы, кубики, мячи и т. п. Предметов на один меньше общего числа участников обеих команд. По сигналу направляющие в колоннах бегут к предметам и берут по одному с краю (один берет справа, другой — слева), возвращаются назад, оббегают свои колонны сзади и дотрагиваются рукой до очередного игрока своей колонны. Тогда тот стартует и выполняет то же самое.

Выигрывает команда, игрок которой возьмет последний предмет.

## **Площадка 2 «Быстрые тройки»**

Игроки стоят по кругу в тройках — один за другим. Первые номера каждой тройки берутся за руки и образуют внутренний круг. Вторые и третьи номера, держась за руки, образуют большой внешний круг.

По сигналу ребята, стоящие во внутреннем круге, бегут вправо приставными шагами, а стоящие во внешнем круге — влево. По второму сигналу игроки отпускают руки и становятся в свои тройки.

Каждый раз круги перемещаются в другую сторону.

Игроки тройки, которые быстрее соберутся, получают выигрышное очко.

Игра проводится 4-5 мин. Выигрывает тройка, игроки которой наберут больше очков.

## **Площадка 3 «Направляющие» («Замыкающие»)**

Играющие строятся в 2 колонны. Игроки каждой колонны рассчитываются по порядку и запоминают свои номера. Ведущий называет тот или иной номер. Игроки, имеющие четные номера, после вызова выбегают вперед и стараются занять место как можно быстрее впереди своей колонны, а нечетные- бегут назад и становятся замыкающими. Победитель (прибежавший первым) приносит одно очко своей команде. Время от времени подается свисток, по которому все участники игры поворачиваются кругом, и игра продолжается.

Выигрывает команда, игроки которой наберут больше очков.

## **Площадка 4 «Будь начеку!»**

Играющие каждой команды выстраиваются в колонну по одному за общей линией старта. Они рассчитываются по порядку номеров. В 10 м от линии старта напротив каждой колонны ставят стойки. В 2 м от линии старта (посередине, между колоннами) кладут гимнастический обруч. Руководитель вызывает номер. Игроки под этим номером выбегают вперед, огибают стойку и, возвращаясь назад, стараются захватить место в обруче. Кто раньше это сделает, тот получает для своей команды выигрышное очко. Затем руководитель вызывает другой номер и т.д.

Выигрывает команда, игроки которой после 12-13 вызовов наберут больше очков.

Надо следить за тем, чтобы играющие все время стояли в затылок друг другу. Если оба игрока станут в обруч одновременно, каждой команде начисляется по одному очку.

Руководитель вызывает номера по своему усмотрению (не обязательно в порядке номеров). Некоторых можно вызывать даже несколько раз подряд, неожиданно, чтобы застать их врасплох.

### **Площадка 5 «Перемена лагеря»**

Участники делятся на две команды, игроки которых строятся в шеренги лицом друг к другу за лицевыми линиями площадки. По сигналу игроки каждой команды стремятся быстрее перебежать за линию противоположной команды. Выигрышное очко присуждается той команде, игроки которой в полном составе выполняют задание, возьмутся за руки и громко скажут «есть!». Игроки выполняют 10-15 перебежек с интервалами для отдыха. Побеждает команда, участники которой наберут больше очков.

Перед стартом следует игроков разомкнуть, чтобы во время движения не было столкновений. Каждый участник должен обегать своего соперника справа.

В зависимости от физической подготовленности команд устанавливаются дистанция бега (14-18 м) и количество перебежек (2-4).

Игру можно разнообразить за счет изменения исходного положения играющих (из положения низкого старта, находясь спиной к направлению движения и т. д.), а также путем изменения видов передвижения (прыжки на одной ноге, на обеих ногах, из глубокого приседа, продвижение приставными шагами, спиной вперед и т. п.).

В этой игре можно использовать передвижения в паре, предварительно рассчитав игроков на первый-второй; передвижение приставными шагами боком, положив друг другу руки на плечи лицом к лицу; спина к спине, взявшись под руки; с переноской одним игроком другого; прыжки в паре на одной ноге.

Вдоль стартовых линий можно поставить гимнастические скамейки, которые используются для изменения исходного положения играющих и более четкого определения финиша.

Исходя из особенностей задач перемены, перед сигналом можно предложить участникам выполнять различные гимнастические упражнения (чтобы отвлечь их).

### **Площадка 6 «Передал — садись!»**

Играющие делятся на две команды, по 10 человек в каждой, и строятся за общей линией старта в колонну по одному. Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 5-6 м становятся капитаны. Капитаны получают по волейбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Каждый из них, вернув мяч капитану, садится (приседает). Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают.

Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание, и ее капитан поднимет мяч вверх.

Если во время игры игрок уронит мяч, он должен поднять его и бросить капитану, став предварительно на свое место.

### **Площадка 7 «Пионербол»**

Игра проводится на волейбольной площадке, на которой натянута сетка на высоте 2 м. Играющие делятся на две команды и строятся соответственно на своих половинах площадки. Капитан каждой команды получает волейбольный мяч. По сигналу играющие стараются как можно быстрее перебросить мяч через сетку на сторону противника. Переброска мячей продолжается до тех пор, пока на одной из сторон не окажется два мяча одновременно. Дается свисток, игра останавливается, и команда, на стороне которой оказалось два мяча, получает штрафное очко. Мячи возвращаются командам, и по сигналу игра продолжается.

Побеждает команда, игроки которой на протяжении условленного времени (7-10 мин) получают меньше штрафных очков.

Штрафное очко начисляется команде, игрок которой послал мяч за пределы площадки противника; послал мяч под сеткой; послал мяч на сторону противника до сигнала руководителя.

Мяч можно поднимать с земли, ловить с воздуха, перебрасывать его между своими игроками (если это выгодно).

### **Площадка 8 «Перестрелка»**

Игра проводится на волейбольной площадке. Отступив на 1-1,5 м от лицевой линии внутрь площадки, проводят параллельно ей другую линию, чтобы обозначить коридор («плен»). Дополнительная линия проводится и на другой стороне.

Играющие делятся на две равные команды, игроки которых произвольно размещаются на своей половине площадки (в своем городе) от средней линии до коридора. В ходе игры участники не имеют права заходить на половину площадки противника.

Руководитель подбрасывает волейбольный мяч в центре между капитанами, и те стараются отбить его своим игрокам (отыграть). Задача игроков каждой команды — получив мяч, попасть им в противника, не заходя за среднюю черту. Противник увертывается от мяча и в свою очередь пытается перехватить мяч и осалить им игрока противоположной команды.

Игроки, в которых попали мячом, становятся «пленными» — они идут за линию «плена» на противоположную сторону площадки (в коридор). «Пленный» находится там до тех пор, пока его не выручат свои игроки. Для этого он должен получить точную передачу и поймать мяч с лета. Затем таким же образом он должен передать мяч своим игрокам, и тогда он будет иметь право перейти из коридора на свою половину площадки.

Играют 5 мин, после чего подсчитывают «пленников» в каждой команде. Игра может быть окончена и досрочно, если все игроки одной из команд окажутся в «плёну».

Правила игры: салить мячом можно в любую часть тела, исключая голову. Мяч можно ловить, но если игрок выронил мяч, то он считается осаленным и идет в «плен». Не разрешается бегать с мячом по площадке, но его можно вести (как в баскетболе). Мяч, вышедший за границы площадки, отдается команде, из-за линии которой он укатился. За допущенные нарушения мяч передается противнику.

### **Площадка 9 «Лебедь, рак и щука»**

На середине площадки кладется связанный канат. Четыре команды (по 4-5 человек) располагаются вокруг каната на расстоянии 5 м от него. В центр круга, образованного канатом, ставится булава. По сигналу игроки подбегают к канату и, взявшись за него, стараются, оттягивая канат на себя, заставить игроков любой команды противника приблизиться к булаве и переступить через нее или задеть ее. Команда, игрок которой это сделал, наказывается штрафным очком, и поединок начинается сначала.

Играют пять раз. Выигрывает команда, игроки которой наберут меньше штрафных очков.

### **Площадка 10 «Перетягивание каната»**

Игра проводится на волейбольной площадке. Отступив на 3-5 м от лицевой линии внутрь площадки.

Играющие делятся на две равные команды, игроки которых произвольно размещаются на своей половине площадки, от средней линии взяв канат в две руки. В ходе игры участники должны, перетянуть на свою половину площадки.

### **Площадка 11 «Гонка мячей по кругу»**

Играющие образуют большой круг и рассчитываются на первый-второй. Первые номера — одна команда, вторые — другая. Два рядом стоящих игрока — капитаны. У них в руках по мячу.

После сигнала руководителя мячи передаются по кругу в разные стороны через одного игрокам своей команды. Каждая команда стремится передавать мяч как можно быстрее, чтобы он скорее вернулся к капитану.

Вариант. Мячи находятся в противоположных сторонах круга и передаются (по сигналу) в одну и ту же сторону (вправо или влево). Задача каждой команды — передавать мяч как можно быстрее, чтобы один мяч догнал другой.

### **Площадка 12 «Футбол на снегу»**