

Муниципальный заочный конкурс на  
«Лучшую учебно-методическую разработку урочной и  
внеурочной деятельности по физической культуре»

учебно-методическая разработка внеурочной деятельности  
для обучающихся 11, 16 лет

### **«Вместе к победе»**

Лушов Александр Иванович, МБОУ «Гимназия №1»  
учитель физической культуры, стаж работы – 38 лет,  
Высшая квалификационная категория

Мельникова Ирина Леонидовна, МБОУ «Гимназия №1»  
учитель физической культуры и ОБЖ, стаж работы – 35 лет,  
Высшая квалификационная категория

## Содержание.

Пояснительная записка .....	3
ПОЛОЖЕНИЕ .....	6
Программа соревнований. ....	8
Сценарий проведения соревнований «Вместе к победе!» среди обучающихся мальчиков 4 и юношей 10 классов. ....	10
Оборудование и инвентарь.....	12
Используемая литература .....	13
Электронные источники .....	13
Приложение .....	14
Викторина «Военное дело» .....	16
Фото и видеоматериалы.....	18

## Пояснительная записка

Для решения задач физического воспитания школьников необходим комплекс различных средств воздействия, сопровождающийся высоким эмоциональным фоном. К числу таких средств, несомненно, относятся соревнования «Вместе к победе».

Спортивные соревнования являются одной из самых интересных и увлекательных форм внеклассной работы по физическому воспитанию в школе. Как и другие виды внеклассной работы, соревнования, включённые в школьный календарь спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий на учебный год должны проводиться в соответствии с утверждённым локальным актом - положением, которое регламентирует условия, порядок их проведения внутри школы во внеурочное время.

Соревнования имеют огромное значение для совершенствования спортивного мастерства учащихся, воспитания морально-волевых качеств, пропаганды здорового образа жизни. В соревнованиях подводятся итоги учебной, тренировочной, воспитательной и организационной работы не только учителя физической культуры, но и всего коллектива.

Внеклассное спортивно-оздоровительное мероприятие «Вместе к победе!» проводится в рамках месячника военно-патриотического воспитания. Одной из новшеств данного мероприятия является комплектование разновозрастных команд: в команде обучающиеся 10А и 4А классов и 10Б и 4В классов. По мнению организаторов старшие школьники помогают, показывают как правильно, поддерживают младших. Младшие активно учатся, стараются не подвести команду. В процессе соревнований развиваем не только физические качества и совершенствуем двигательные навыки, но и воспитываем патриотические качества такие как: приоритет командных интересов над

личными; самоотверженность и способность к преодолению трудностей; гуманизм и нравственность, чувство собственного достоинства; социальная активность, ответственность, нетерпимость к нарушениям норм морали и права.

Патриотизм – это олицетворение любви к своей Родине, сопричастность с ее историей, природой, достижениями, проблемами, притягательными и неотделимыми в силу своей неповторимости и незаменимости, составляющими духовно-нравственную основу личности, формирующими ее гражданскую позицию и потребность в достойном, самоотверженном, вплоть до самопожертвования, служении Отечеству. Патриотизм представляет собой фундамент общественной и государственной систем, духовно-нравственную основу их жизнеспособности и эффективного функционирования.

Актуальность данного мероприятия заключается в воспитании патриотизма. Проблема патриотического воспитания в последнее время стала одной из актуальнейших. Вместе с тем она обретает новые характеристики и соответственно новые подходы к её решению как составной части целостного процесса социальной адаптации, жизненного самоопределения и становления личности. Данная разработка один из подходов решения проблемы патриотического воспитания обучающихся средствами физической культуры и основ безопасности жизнедеятельности.

В процессе проведения мероприятия мы стараемся добиться следующих результатов

**Личностными результатами** участия обучающихся в соревнованиях «Вместе к победе» являются:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками и старшими школьниками;
- уважительное и доброжелательное общение, взаимопомощь;
- учит управлять своими эмоциями в различных ситуациях

- учит проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам.

**Метапредметными результатами** является умение находить взаимосвязь уроков физкультуры с другими предметами (ОБЖ, историей.).

**Предметными результатами** являются следующие умения;

- понимать значение физической культуры в укреплении здоровья,
- повышать интерес к урокам физкультуры,
- уметь выполнять технические действия и приемы в соответствии со своими возможностями и развитием;
- подавать строевые команды
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными обучающимися.

**«Утверждаю»**

**Заместитель директора МБОУ «Гимназия №1»**

**по военно-патриотическому воспитанию**

\_\_\_\_\_ **Мельникова И.Л.**

## **ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении соревнований «Вместе к победе!» среди обучающихся мальчиков 4 и юношей 10 классов.**

### **I. Цели и задачи**

1. Пропаганда физической культуры и спорта, как средство укрепления здоровья школьников.
2. Овладение необходимыми двигательными умениями и навыками.
3. Вовлечение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом с целью укрепления здоровья.
4. Формирование навыков здорового образа жизни.
5. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.
6. Воспитание «здорового духа соперничества».

### **II. Организаторы и руководство соревнованиями**

Общее руководство и контроль за проведением соревнований осуществляет заместитель директора по учебно-воспитательной работе.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на учителя физической культуры и судейскую коллегию.

### **III. Место и сроки проведения**

Место проведения - спортивный зал гимназии 19 января 2023 года.

### **IV. Участники, требования к участникам**

К участию в соревнованиях допускаются учащиеся, имеющие допуск врача к соревнованиям. Состав команды: 10 мальчиков 4 класса + 5 юношей 10 класса.

### **V. Программа соревнований**

Программа соревнований состоит из подвижных игр, эстафет, элементов военной подготовки. Программа соревнований прилагается.

### **VI. Условия подведения итогов**

Победитель определяется по наименьшей сумме очков-мест, набранной во всех конкурсах программы "Вместе к победе!". Результаты соревнований идут в зачет "Президентских состязаний". Условия подведения итогов участия в каждом задании прилагаются.

### **VII. Награждение**

Победитель и призеры в параллелях награждаются грамотами.

### **VIII. Заявки**

Заявка на участие в соревнованиях подается в день соревнований, заверенная классным руководителем и школьным фельдшером.

## **Программа соревнований.**

### **Торжественная часть.**

**Парад участников мероприятия. Приветственные слова администрации, главного судьи мероприятия.**

### **Конкурс строевых упражнений и исполнения песни.**

Участники – команды мальчиков 4А и 4В классов. Под руководством наставника из 10 класса выполняют повороты на месте: «Напра-во!», «Нале-во!», «Кру-гом!», «На месте шагом марш!», «Песню запевай!»

Оценивается чёткость, слаженность выполнения команд и песни.

### **Подготовительная часть.**

#### **Эстафета № 1. «Круговорот»**

И.П. – участники стоят в колонне, напротив колонны стоят три стойки. № 1 обегает вторую стойку, возвращается к первой, обежав её, бежит к последней стойке, обегает её и возвращается по прямой к своей команде, передаёт эстафету участнику №2.

#### **Эстафета №2. «Продевание обруча через себя»**

И.П. - участники стоят в шеренге, взявшись за руки. На руке у №1 висит обруч. №1 пролезает через обруч, не расцепляя рук, и накидывает обруч на следующего участника и т.д., прогоняя его до последнего участника, который также пролезает через обруч.

### **Основная часть.**

#### **Разборка и сборка автомата**

Участники – четыре человека обучающихся 10 классов. Все располагаются по обозначенному кругу вокруг стола для разборки и сборки автомата и наблюдают за соревнующимися. После конкурса четвероклассники под руководством десятиклассника пробуют разобрать и собрать автомат.

#### **Эстафета №3. «Биатлон со стрельбой из пневматической винтовки».**



И.П. – участники стоят в колонне, напротив на расстоянии друг от друга располагаются три гимнастических мата. №1 выполняет с места на первом гимнастическом мате кувырок вперёд, встаёт и бежит ко второму, ложится на грудь, ползёт по-пластунски, встаёт, перемещается к третьему гимнастическому мату, ложится и изготавливается сделать выстрел из пневматической винтовки в цель, после произведённого выстрела по прямой возвращается к своей команде, передаёт эстафету участнику №2.

#### **Эстафета №4. «Силачи».**

И.П.

– участники стоят в колонне. Напротив - место выполнения сгибания и разгибания рук в упоре лёжа. По сигналу первые перемещаются к месту выполнения упражнения: пять юношей 10 классов выполняют на скорость 15 отжиманий, пять мальчиков 4 классов – 5 отжиманий. Выигрывает команда быстрее закончившая конкурс.

**Эстафета №5. «Заключительная».** И.П. – участники стоят в колонне, напротив располагаются два гимнастических мата, далее скакалка и место для метания мяча в цель. №1 перемещается в упоре лёжа правым боком через два гимнастического мата, возвращается обратно выполняет перемещение левым боком, далее бежит к скакалке и выполняет 10 прыжков, после подбегает к месту метания мяча в цель, метает мяч в цель, мяч после метания возвращает в и.п. и по прямой возвращается обратно передаёт эстафету следующему.

**Все мы любим баскетбол.** Товарищеские игры в баскетбол между юношами 10А и 10Б классами и между мальчиками 4А и 4В классов.

#### **Заключительная часть.**

#### **Викторина «Военное дело»**

Выступление танцевального коллектива «Родничок».

#### **Подведение итогов.**

#### **Награждение.**

## Сценарий проведения соревнований «Вместе к победе!» среди обучающихся мальчиков 4 и юношей 10 классов.

В центре зала на боковой линии располагаются Главная судейская коллегия, директор гимназии. Участники соревнований находятся перед спортивным залом.

Звучат фанфары ([Фанфары](#)) следом спортивный марш ([Марш](#))

Командующий парадом (обучающийся 10 класса), подаёт команду «Парад, на торжественное построение к месту соревнований Шагом марш!» Под звуки марша участники соревнований заходят в спортивный зал.

Командующий: «Парад, равняйся, смирно! Равнение на середину» кратчайшим путём, строевым шагом перемещается к Главной судейской комиссии и сдаёт рапорт:

«Товарищ директор, судейская комиссия! Участники соревнований «Вместе к победе!» среди обучающихся мальчиков 4 и юношей 10 классов построены, рапорт сдал \_\_\_\_\_, после рапорта перемещается на левый фланг судейской коллегии.

Директор приветствует участников и передаёт слово Главному судье соревнований, который знакомит участников соревнований с программой, основными правилами.

Главный судья: к местам расположения «Шагом марш!» под звуки марша команды перемещаются. ([Марш](#))

Объявляется «Конкурс строевых упражнений и исполнения песни»

Командиры - отделения строят в шеренгу по одному в центре 4А и 4В классы. Отделения по очереди выполняют строевые упражнения и поют строевую песню. Судейская коллегия оценивает и подводит итоги.

Следом проводятся эстафеты подготовительной части: «Круговорот», «Продевание обруча через себя». Фоном звучит музыка. ([Фоновая музыка](#))

Подводится итог.

В центре зала располагают стол для разборки и сборки автомата, вокруг него обозначают круг, все участники располагаются вокруг стола и наблюдают за конкурсом. В конкурсе участвуют 4 десятиклассника. Младшие, после конкурса, пробуют под руководством старших собрать и разобрать автомат. ([Фоновая музыка](#))

Подводится итог.

Во время проведения конкурса «разборка, сборка автомата», выстраивается полоса для проведения «Биатлона со стрельбой из пневматической винтовки». ([Фоновая музыка](#))

В конкурсе участвуют 10 человек по пять из каждой возрастной группы.

Подводится итог.

Проводится эстафета №4. «Силачи». Судья строго следит за правильным выполнением упражнения. ([Фоновая музыка](#))

Объявляется заключительная эстафета. ([Фоновая музыка](#))

В заключительной части проводится викторина «Военное дело», выступает танцевальный коллектив «Родничок», подводится итог по номинациям и объявляется победитель.

## Оборудование и инвентарь.

Для проведения соревнований «Вместе к победе» необходимо:

№	Оборудование и инвентарь	Количество
1.	Стойки для разметки этапов	8
2.	Обручи	2
3.	Секундомер	1
4.	Учебный автомат Калашникова	1
5.	Стол для разборки и сборки автомата	1
6.	Музыкальный центр с колонками и микрофоном	1
7.	Пневматическая винтовка	1
8.	Учебный автомат АКУ-74	1
9.	Мишень для стрельбы из винтовки	5
10.	Гимнастические маты	6
11.	Скакалка	2
12.	Мяч для метания	2
14.	Грамоты для награждения в номинациях: 1. Быстрая команда; 2. Меткий стрелок; 3. Самая сильная команда; 4. Самая ловкая команда; 5. Победитель соревнований; 6. Призёр соревнований.	6
15.	Сладкий приз	4

### **Используемая литература**

Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время. Методическое пособие/ П.А.Кисилёв, С.Б. Кисилёва, Е.П. Кисилёва. – 2-е изд., стереотип. – М.; Планета, 2015. – 272 с. – (Учение с увлечением).

Физическая культура. ОБЖ: сборник материалов по реализации федерального компонента государственного стандарта общего образования в общеобразовательных учреждениях/ Е.И. Колусева. – Волгоград: Учитель, 2006

### **Электронные источники**

<https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2020/09/11/sportivnoe-meropriyatie-posvyashchennoe-23-fevralya-den>

[https://урок.рф/library/voenno\\_sportivnaya\\_igra\\_k\\_23\\_fevralya\\_«armejskie\\_b\\_223702.html](https://урок.рф/library/voenno_sportivnaya_igra_k_23_fevralya_«armejskie_b_223702.html)

Протокол

проведения соревнований «Вместе к победе!» среди обучающихся мальчиков 4 и юношей 10 классов.

Конкурс	10А и 4А			10Б и 4В		
	Количество ошибок	Время выполнения	Место в конкурсе	Количество ошибок	Время выполнения	Место в конкурсе
<p><b>Конкурс строевых упражнений и исполнения песни</b></p> <p>- Не чёткое выполнение команд: «Равняйся!», «Смирно!», «Вольно»</p> <p>- Ошибки в поворотах на месте</p> <p>- Ходьба в разнобой</p> <p>За каждую ошибку 1сек.</p> <p>Бонус за красивое исполнение песни 5 сек.</p>						
<p>«Круговорот»</p> <p>- Фальстарт</p> <p>- Неверное выполнение упражнения</p> <p>За каждую ошибку 1сек.</p>						
<p>«Продевание обруча через себя»</p> <p>- Фальстарт</p> <p>- Неверное выполнение упражнения</p>						

За каждую ошибку 1сек.						
<b>Разборка и сборка автомата</b>						
<b>«Биатлон со стрельбой из пневматической винтовки».</b> - Фальстарт - Неверное выполнение упражнения За каждую ошибку 1сек.						
<b>«Силачи».</b> - Фальстарт - Неверное выполнение упражнения За каждую ошибку 1сек.						
<b>«Заключительная».</b> - Фальстарт - Неверное выполнение упражнения За каждую ошибку 1сек.						
<b>Все мы любим баскетбол</b>						

## Викторина «Военное дело»

1. Когда отмечается День Защитника Отечества? (23 февраля)
2. Сколько битв проиграл А.В.Суворов? (Ни одной.)
3. Какой полководец, прочитав в трудах философа Демокрита, что на свете существует не одна, а множество Вселенных, в отчаянии воскликнул: «А я ведь ещё не завоевал эту!» (Александр Македонский.)
4. Чем в российской военной истории знаменит день 24 июня 1945 года? (В этот день в Москве состоялся парад Победы.)
5. Это головной убор бойца, который надевают во время боя, чтобы защитить голову от ранений? (Каска)
6. Почему военные ходят в сапогах? (По земле)
7. Это головной убор танкиста? (Шлем)
8. Солдату дано, а сослуживцы пользуются им чаще, чем он. Что это? (Имя)
9. Из какой посуды даже самый умелый солдат есть не сможет? (Из пустой)
10. Головной убор, который носят красноармейцы? (Буденовка)
11. Что общего между деревом и винтовкой? (Ствол)
12. Головной убор, который носят воины-десантники? (Берет)
13. Сколько ложек пшенной каши сможет съесть натошак очень голодный солдат? (Одну, вторая не будет съедена натошак)
14. Головной убор – часть летнего обмундирования солдата? (Пилотка)
15. Какое колесо автомобиля не вращается, когда главнокомандующий подъезжает к штабу? (Запасное)
16. Головной убор, предназначенный для офицерского состава? (Фуражка)
17. Зачем солдат винтовку носит? (За плечом)
18. Старинная одежда русского воина? (Кольчуга)
19. Назовите имена трех самых известных древнерусских богатырей? (Илья Муромец, Добрыня Никитич, Алеша Попович)



20. Какой боевой снаряд бывалые солдаты называют «карманной артиллерией»? (Гранату)

21. Из какого произведения слова: «Рождённый ползать летать не может?» (М.Горький, «Песнь о Соколе».)

22. Что такое наряд вне очереди? (это дисциплинарное взыскание. Наказание провинившегося в состав наряда по службе, исключая караул)

23. Кто в России был первым основателем русского флота? (Петр 1)

24. Назовите моря носящие название красок? (черное, красное, желтое, белое)

25. Как называется самый первый и лучший в мире пулемет? (Максим, американский изобретатель ХС. Максим)

26. Какого оружия больше всего боялись немцы в конце Великой отечественной войны? (Батарея реактивных пусковых установок боевой машины – БМ -13, позже получившее лирическое название «КАТЮША»)

27. Назовите танк признанный лучшим танком в годы Великой Отечественной войны и его главного конструктора? (Танк Т-34, Михаил Ильич Кошкин)

28. За какое море боролся Петр 1? (Балтийское море)

29. Чем отличается речной якорь от морского? (речного 2 зуба, а у морского 4 зуба)

30. Как назывался воин вооруженный боевым луком? (Лучник)

31. Какой флаг является у нас государственным флагом России? (Триколор: Белый - великодушие, благородство и откровенность. Синий – верность и честность. Красный - мужество, смелость и любовь.)

32. Как называется морская крепость построенная Петром 1? (Кронштадт)

33. Надежной защитой воинов наших предков был: прямой, обоюдоострый, заточенный со обеих сторон, выкованный их прекрасной стали что это?

## Фото и видеоматериалы

1. [Фотоматериал](#)

2. [Видео](#)