

**Современное занятие в системе  
дополнительного образования детей  
и во внеурочной деятельности.**



# «Зарница»



обл.

**Автор:**  
*Лазаревич Ольга*  
учитель физической  
МБОУ «Лицей имени В.Г.  
г.Мончегорск Мурманской

2015г.

# Традиционно в лицее имени В.Г. Сизова проводится спортивно-военизированная игра «Зарница», посвященная Дню защитника Отечества.

## Цель игры:

Формирование гражданско – патриотического воспитания школьников.

## Задачи:

- формирование у обучающихся высокой социальной активности;
- воспитание патриотических чувств у обучающихся;
- пропаганда здорового образа жизни, организация досуга;
- формирование потребности у обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
- развитие двигательных качеств;
- воспитание морально - волевых качеств;



- **Руководство проведением игры.** Организация и проведение спортивно – военизированной игры «Зарница» возлагается на учителей физической культуры.
- **Судейская бригада** по подготовке и проведению игры формируется из числа обучающихся 8В класса в количестве 6 человек. Большое внимание уделяется проведению инструктажа с бригадой судей.
- **В состав жюри** входят обучающиеся – члены школьного Министерства физической культуры и спорта, учителя физической культуры.
- **Участники игры:** 3 команды по 10 человек (учащиеся 7 А; 7Б; 7В классов), имеющие основную группу здоровья. Остальные обучающиеся – наблюдатели.



# Программа игры «Зарница».

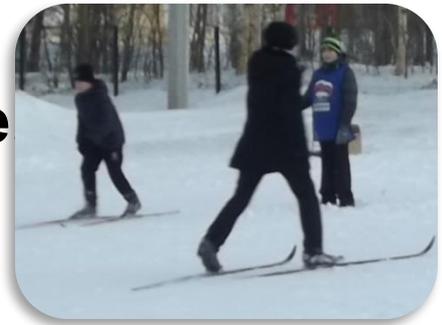
Построение команд. Сдача рапорта судье

Представление судейской бригады.

Приветствие. Название команд.

- **1 эстафета:** «Лыжники»
- **2 эстафета:** Транспортировка лыжника.
- **3 эстафета:** Транспортировка на «волокушах».
- **4 эстафета:** «Саночники».
- **5 эстафета:** «Саперы».
- **Снежный проект** «Снегови

Подведение итогов соревнования



Правила проведения эстафет и заданий в полном объеме доводятся до участника непосредственно перед началом каждой эстафеты.

- **Подведение итогов и награждение.**

Команда, закончившая эстафету первой, получает 3 очка; второй – 2 очка; третьей – 1 очко.

По окончании всех эстафет побеждает команда, набравшая наибольшую сумму очков.

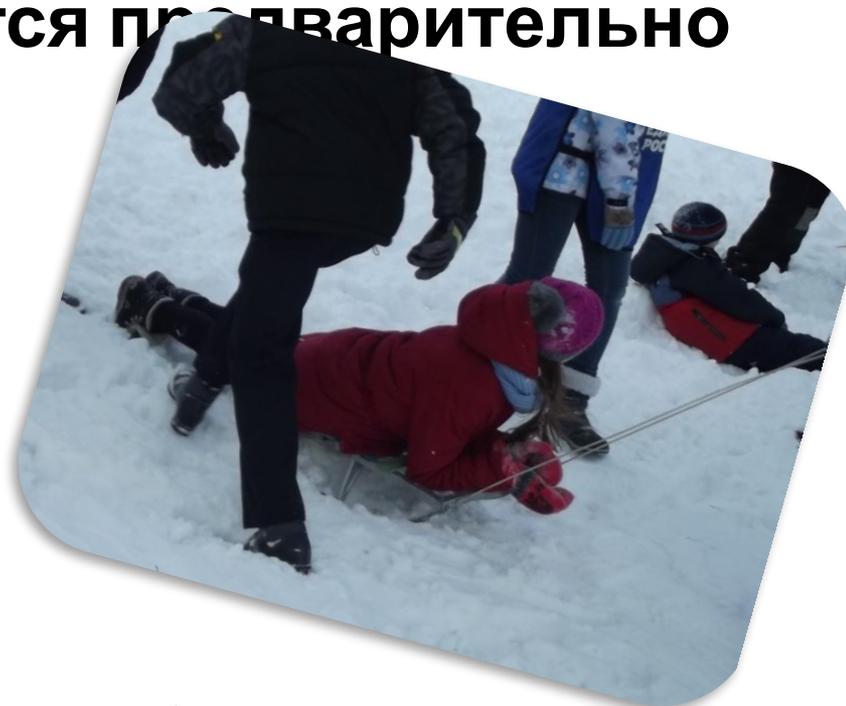
При одинаковом количестве набранных очков, командам предоставляется право перетягивать канат, для определения команды победителя.

- **В завершении игры «Зарница»** подводятся итоги и команды награждаются грамотами и призами.
- **Мероприятие рассчитано** на 45 – 50 минут.



## Реквизит:

- лыжи (15 пар);
- 3 веревки по 2 метра
- 3 «волокуши»( чехлы от гимнастических матов);
- 3-е санок;
- 30 кубиков (закапываются предварительно в снег);
- секундомер;
- громкоговоритель;
- свисток, грамоты;
- краски, кисти;
- подкрашенная вода в бутылках (разметка на снегу)



# Целевая направленность эстафет

- **1 эстафета: «Лыжники».**

Цель: развитие скоростных способностей, координации движений, развитие навыка самоконтроля.

- **2 эстафета: Транспортировка лыжника.**

Цель: развитие скоростных способностей, воспитание навыков работы в паре, сотрудничества, взаимопомощи.

- **3 эстафета: Транспортировка на «волокушах».**

Цель: развитие силовой выносливости, воспитание навыка стрельбы, работы в группе, внимательного отношения друг к другу, взаимовыручки.

- **4 эстафета: «Саночки».**

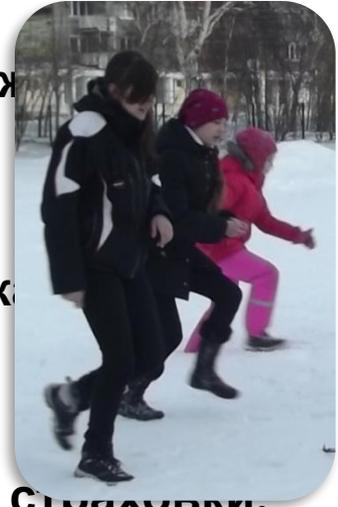
Цель: развитие скоростно- силовых способностей, воспитание навыка работы в группе, сотрудничества.

- **5 эстафета: «Саперы».**

Цель: развитие ловкости, воспитание навыка работы в коллективе, сотрудничества.

- **Снежный проект: «Снеговик».**

Цель: воспитание творческих способностей, расширение кругозора, умения работать в команде, формирование общественного мнения коллектива.



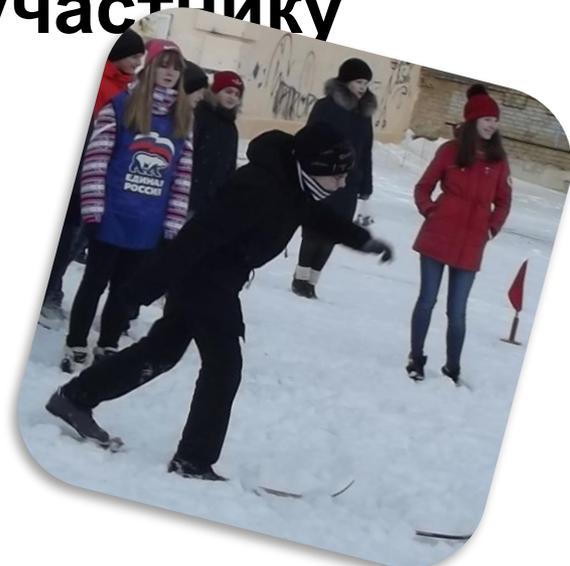
# Этапы игры

## 1 эстафета: «Лыжники»

**Инвентарь:** лыжи, 3 конуса.

**Описание эстафеты.** По сигналу первый участник передвигается на лыжах (без палок) до конуса (расстояние 20 метров), обходит конус и возвращается на место старта. Затем передает эстафету следующему участнику своей команды.

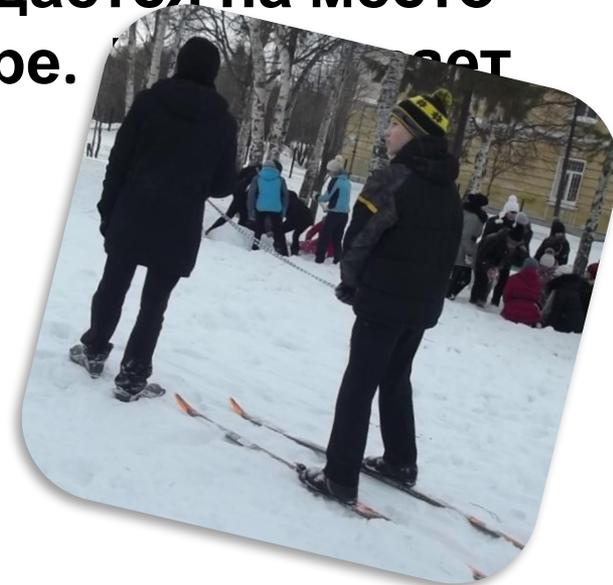
**Выигрывает команда закончившая эстафету первой.**



## 2 эстафета: **Транспортировка лыжника**

**Инвентарь:** лыжи, 3 веревки по 2 метра, 3 конуса.

**Описание эстафеты.** Один участник стоит на лыжах и держится за один край веревки, а другой участник находится впереди и держит другой край веревки. Веревка натянута. По сигналу первый участник выбегает вперед, транспортируя лыжника. Затем пара обходит фишку и возвращается на место старта, передает эстафету следующей команде, завершившая

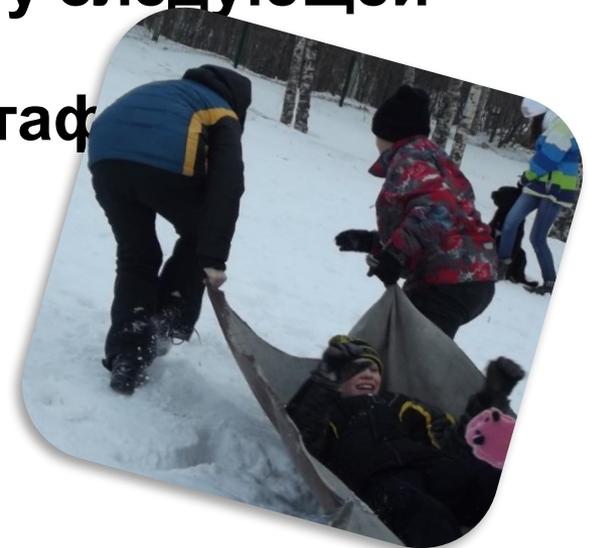
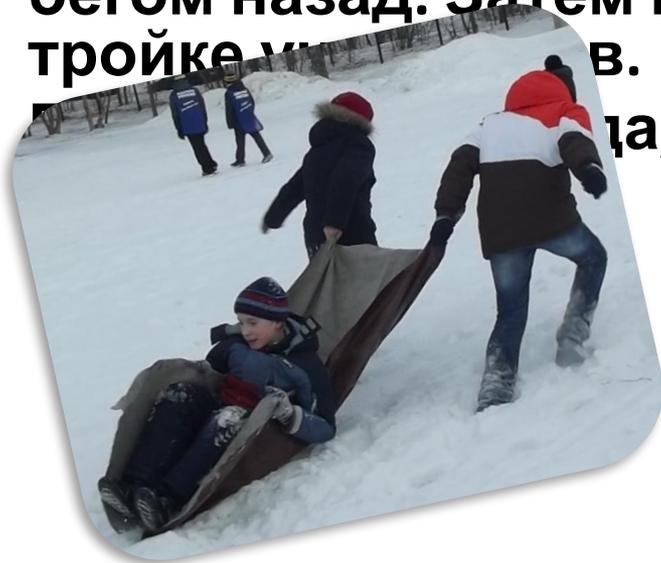


# 3 эстафета: Транспортировка на «волокушах»

**Инвентарь:** 3 «волокуши»( чехлы от гимнастических матов),

3 конуса.

**Описание эстафеты.** По сигналу один участник команды садится на «волокушу», а еще двое участников берут за края «волокушу» и транспортируют сидящего участника вперед до конуса. У конуса разворачивают «волокушу», меняются местами (один участник садится на «волокушу», другой берется за край) и возвращаются бегом назад. Затем передают эстафету следующей тройке участников.



## 4 эстафета: «Саночники»

**Инвентарь:** 3-е санок, 3 конуса.

**Описание эстафеты.** Один участник команды садится на санки, другой участник берется за веревку, а третий участник встает сзади и держит за плечи сидящего участника на санках. По сигналу тройка продвигается вперед до конуса. У конуса участники меняются местами и возвращаются к своей команде, передавая эстафету другой тройке. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.



# Эстафета: «Саперы»

**Инвентарь:** 30 кубиков (закапываются предварительно в снег в квадрате 5\*5метров), секундомер, рукавицы.

**Описание эстафеты.** Участники от каждой команды (по 3человека) заходят в размеченный квадрат 5\*5 метров, в котором предварительно в хаотичном порядке закопаны деревянные кубики. По сигналу участники начинают откапывать кубики. Дается 1 минута. Участники какой команды откопают больше кубиков.

По окончании этого времени, судьи начинают подсчет кубиков в каждой команде.

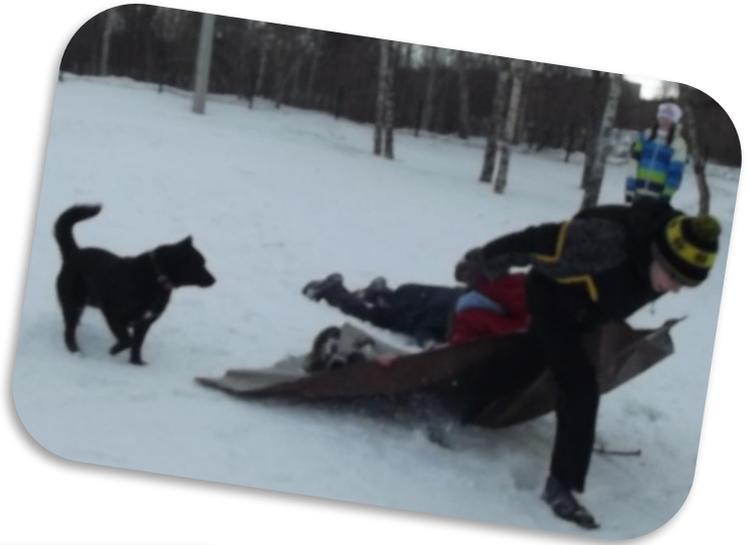


# Снежный проект «Снеговик»

**Реквизит:** краски, кисти, рукавицы.

**Описание.** Команда выбирает двух, трех участников для лепки снеговика. Форму и дизайн фигуры команда выбирает самостоятельно. На снежный проект «Снеговик» отводится до 20 минут. После завершения выполненного задания, каждая команда представляет свой проект.





# **Отзывы участников о спортивно-военизированной игре «Зарница».**

Опрошено **55** респондентов: из них **52** ученика 6-х классов и **3** педагога (классные руководители) :

- **«Оригинальные эстафеты и задания!»**
- **«Классно, что игра «Зарница» проходила на улице!»**
- **«Была возможность показать не только физические способности, но и проявить творчество, изобретательность».**
- **«Хорошо сотрудничать командой, группой; показать на что я способен, высказывать свое мнение».**
- **«Здорово соперничать участникам, помогать им, соперничать, гордиться своей командой, уметь ждать».**
- **«Когда девчонки падали с санок, очень хотелось их защитить!»**
- **«Отлично провели время да еще и целым классом!»**

## **Список литературы, использованной для написания сценария:**

- М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова. «Физическая культура» 5-7 классы: учебник для общеобразовательных учреждений. - М.: Просвещение, 2012г.
- Журнал «Физическая культура в школе» №1; 2015г.