**Традиционное внеклассное мероприятие «А ну-ка, старшеклассники!»**

Автор: Листова Марина Леонидовна ; Дудин Владимир Александрович

Организация: МАОУ «СОШ№ 12»

Населённый пункт: городской округ Архангельской области «Северодвинск»

 **ВВЕДЕНИЕ**

Руководствуясь нормативными документами: 1.Минестерство просвещения Р.Ф. письмо от 5 июля 2022г. №ТВ -1290/03 «О направлении методических рекомендаций»; 2. Приказом Минпросвещения России от 18.05.2023г. №370 «Об утверждении федеральной образовательной программы ООО» (Зарегистрировано в Минюсте России 12.07.2023г. №74223) ст.169.2 Внеурочная деятельность является неотъемлемой частью основной общеобразовательной программы; 3.Возможность для самореализации и развитии талантов (Указ Президента РФ «О национальных целях развития РФ на период до 2030г. от 21.07.2020 №474) Во внеурочной деятельности нашей школы планируется и проводится ежегодный, традиционный, физкультурно-спортивный конкурс «А ну-ка, старшеклассники!»

 Пояснительная записка

- Конкурс традиционный, ежегодный

-Проводится во внеурочное время, в конце 3 четверти

-Подготовка команд проходит во внеурочное время в спортивном зале школы

-Участники конкурса 9-11 классы

-Жеребьёвка проводится с капитанами команд за три дня до конкурса на перемене

-Место проведение - спортивный зал школы с использованием материально-технической базы школы ( микрофоны, музыкальное сопровождение, инвентарь)

-Проведение конкурса рассчитано на 1,5 часа

-В жюри привлекаются выпускники школы прошлых лет, шефы

-Ведущие конкурса представляют жюри, объявляют очерёдность конкурсантов согласно жеребьёвке, озвучивают предварительные результаты, регламентируют и сопровождают конкурс

-Программа конкурса обновляется каждый год и повторяется через три года

-Гости конкурса, классные руководители , группы поддержки вдохновляют и поддерживают свои команды и участников

-Спортивные «звёздочки» школы и школьный коллектив «Задоринка» выступают с показательными номерами

-Для зрителей проводится конкурс-задание: Бросок б\б мяча стоя спиной на штрафной линии(1 человек) или вращение обруча с заданием от ведущего(6 человек) на выбывание.

-Администрация школы и учителя-предметники болеют за своих воспитанников

-Жюри подводит итоги, выявляет и награждает участников конкурса

Единое образовательное пространство даёт возможность самореализации всех участников конкурса.

Цели :

- Удовлетворение интересов и потребностей обучающихся в творческом и физическом развитии, раскрытии способностей и талантов

- Вовлечение обучающихся в физкультурно-спортивную деятельность в школе

- Поддержка обучающихся и поощрение педагогическими работниками детских инициатив

Задачи:

1. Выявить самый спортивный класс
2. Выбрать Мисс и Мистера конкурса
3. Выявить победителей и призёров
4. Способствовать развитию смелости, раскрытию способностей, сплочённости коллектива класса

Прогнозируемый результат:

- Удовлетворение образовательных потребностей школьного коллектива, помощь в самореализации, раскрытии и развитии способностей и талантов, в физкультурно-спортивных мероприятиях

Структура программы традиционная :

1. Конкурс «Визитка»- участвуют 5 юношей +5 девушек

2. Эстафета . 5 юношей +5 девушек я,10 различных этапов. Правила ТБ диктуют два забега по

 класса на время выполнения всех 10 этапов

3. Пять конкурсных заданий (личное первенство)

4. Командный конкурс- участвуют 5юношей + 5 девушек

5. Подведение итогов. Выступление танцевального коллектива, конкурс для зрителей,

 Награждение. Заключительное слово.

**Приложение: Презентация конкурса «А ну-ка,старшеклассники»**

[http://sevschool12.edu.ru/sport\_i\_gto/school\_club/](https://vk.com/away.php?to=http%3A%2F%2Fsevschool12.edu.ru%2Fsport_i_gto%2Fschool_club%2F&cc_key=" \t "_blank)

**26-й Традиционный конкурс «А ну-ка, старшеклассники! » 2021г.**

Участвуют: 9а,9б,10а,11а классы Жеребьёвка: после 2го урока

Состав команд: 10 человек от класса с заменой. (5 юн.+5 дев.) Приветствуется активность групп поддержки !

В рекламных паузах выступает танцевальный коллектив «Задоринка», рук.Емельянова М.М., конкурсы для зрителей.

 **Программа конкурса**

**1.ВИЗИТКА:** В течении 3-х минут ,в оригинальной форме представить свою команду (оценивается форма, приветствие, название команды) Приветствуется активность групп поддержки.

**2.ЭСТАФЕТА:** штрафное время 3 сек., участвует вся команда(5 юношей +5 девушек)

 1.этап: Бег с эстафетной палочкой

 2. Ведение б/б мяча с обязательным попаданием в корзину

 3. Ведение ф/б мяча между стоек

 4. Ведение б/б мяча между стоек с обязательным переводом с одной руки на другую

 5. Передача в/б мяча над собой с продвижением(10 передач) до стойки и обратно

 6. Катить б\б мяч хула-хупом ( девушка)

 7. «Тачка» Один держит за голеностопы , другой катится на колесе, со сменой(юноши)

 8. Подбивание ракеткой теннисного мяча

 9. Флорбольной клюшкой с мячом - обвести стойки

10. Перенос двумя юношами девушки

**3. КОНКУРСНЫЕ ЗАДАНИЯ ( личное первенство):**

1. Скиппинг за 1 мин.( Двое вращают длинный шнур, трое прыгают на кол.-во раз)
2. Мастер волейбола (1 чел. от команды) Выполнить задание ведущего на выбывание
3. Бёрпи за 1 мин. Юноша от команды
4. Штрафной бросок с закрытыми глазами ( 3 с помощью наводчика+3 самостоятельных броска) Повязка на глаза обязательна!
5. Дартс (1 чел.от команды) Сумма 3х попаданий

**4.ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА:** 10 чел. (5 юн. + 5 дев.) По жеребьёвке.

 **5. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ:**

 Жюри выбирает и награждает МИСС и МИСТЕРА конкурса; При равенстве очков преимущество имеет результат эстафеты ; Награждение победителей и призёров в личном и командном первенстве. Заключительное слово ведущего.

**27-й традиционный конкурс «А ну-ка, старшеклассники! » 2022 год**

Участвуют: 9а,9б,10а,11а классы Жеребьёвка: после 2 го урока

Состав команд: 10 человек от класса с заменой (5юн.+5 дев.) Приветствуется активность групп поддержки!

 В рекламных паузах выступает танцевальный коллектив «Задоринка», рук. Емельянова, для зрителей- задания от ведущего.

**ПРОГРАММА КОНКУРСА**

**1.ВИЗИТКА:** В течении 3-х минут ,в оригинальной форме представить свою команду(оценивается форма, приветствие, название команды)

**2.ЭСТАФЕТА:** штрафное время 3 сек., участвует вся команда(5 юношей +5 девушек)

 1.этап: Бег с эстафетной палочкой

 2. Ведение б/б мяча с обязательным попаданием в корзину по прямой

 3. Ведение ф/б мяча по прямой, забить в ворота, с обратным ведением

 4. Ведение б/б мяча вдвоём «кукарешки» по прямой туда и обратно

 5. На бадминтонной ракетке пронести волан по прямой и обратно

 6. Перенос 3-х в/б мячей на вытянутых руках

 7. «Тачка» Один держит за голеностопы , другой передвигается на руках, со сменой на повороте

 8. Ведение б\б мяча по скамейке

9. Бег вдвоём до стойки и обратно, между туловищем фитнесмяч

10. Перенос двумя юношами девушки

**3. КОНКУРСНЫЕ ЗАДАНИЯ ( Личное первенство):**

1. Прыжок в длину с места (юноша + девушка)
2. Мастер волейбола (1 чел. от команды)Передачи мяча над собой,на выбывание
3. Броски б/б мячей с трёх точек (1 чел. бросает 3х очковые,3 чел. стоят у точек и подбирают мячи.) На каждой точке 3 мяча(3 попытки).
4. Подтягивание на высокой перекладине (1 юноша от команды)
5. Прыжки на скакалке за 1 мин. (девушка от команды)

 **4.ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА:** 10 чел. (5 юн. + 5 дев.) По жеребьёвке

**5. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ:** Жюри выбирает и награждает МИСС и МИСТЕРА конкурса; При равенстве очков преимущество имеет результат эстафеты ; Награждение победителей и призёров в личном и командном первенстве; Заключительное слово ведущего.

**28-й традиционный конкурс «А ну-ка, старшеклассники!» 2023г.**

Участвуют: 9а,9б,9в,10а,11а классы Жеребьёвка: после2 урока

Состав команд: Самые активные, спортивные, позитивные - 10 человек.(5 юн+5 дев.) Приветствуется активность групп поддержки.

 В рекламных паузах выступает танцевальный коллектив «Задоринка», рук. Емельянова, для зрителей- задания от ведущего

 **ПРОГРАММА КОНКУРСА**

**1.ВИЗИТКА:**  В течение 3-х минут ,в оригинальной форме представить свою команду (оценивается форма, приветствие, название команды)

**2.ЭСТАФЕТА ( 10 этапов): 5 юношей +5 девушек** Штрафное время 3 сек.

 1. Бег с эстафетной палочкой

 2. Ведение б/б мяча с обязательным попаданием в корзину

 3. Ведение ф/б мяча между стоек

 4. Бег с подбиванием ракеткой теннисного мяча (н/т)

 5. Перенос 3-х в/б мячей на вытянутых руках

 6. Флорбольной клюшкой обвести стойки

 7. Бег вдвоём в обруче.

 8. Бег с надеванием противогаза у стойки, обратно в противогазе.

9. Бег до стойки , 10 передач над собой в/б мяча на месте.

10. Перенос двумя юношами девушки

**3. КОНКУРСНЫЕ ЗАДАНИЯ ( Личное первенство)**

1. Бросок б/б мяча со штрафной линии за 30 сек.(1 чел. от команды)
2. Мастер волейбола (1 чел. от команды) Выполнить задание ведущего на выбывание.
3. Отжимания в тройках (3 юноши)
4. Прыжки на скакалке за 1 мин. вдвоём
5. Сборка и разборка автомата.(1 участник)

 **4.ХУЛА-ХУП .** Продевание обруча через всю команду на время.

 **5. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ:**

1. Выбираем МИСС и МИСТЕРА конкурса 2. При равенстве очков преимущество имеет результат эстафеты. 3. Награждение победителей в индивидуальных видах, награждение Мисс и Мистера, награждение команд в комплексном зачёте 4.Заключительное слово ведущего.