**ШКОЛЬНЫЕ ОЛИМПИЙСКИЕ ИГРЫ**

Обычно школьные олимпийские игры мы проводим в два этапа:

**I этап.** Соревнование внутри классов за право выйти во II этап.

**II этап.** Финал игр.

Игры проводим по легкоатлетическим дисциплинам: кросс; бег на короткие дистанции, прыжки в длину с разбега и высоту.

Подготовкой игр занимается совет физоргов. Сначала совет принимает положение о проведении школьных олимпийских игр.

**Положение
о школьных олимпийских играх**

Провести школьные олимпийские игры в апреле-мае 2003 г. в два этапа по трем возрастным группам.

I э т а п. Апрель – май. Отборочные соревнования внутри классов по видам:

Младшая возрастная группа (3–4 кл.) – кросс 1 км, бег 30 м, прыжки в длину и высоту с разбега.

Средняя возрастная группа (5–7 кл.) – кросс 2 км, бег 60 м, прыжки в длину и высоту с разбега.

Старшая возрастная группа (8–11 кл.) – кросс 2 км девушки и 3 км юноши, бег 100 м, прыжки в длину и высоту с разбега.

По три призера в каждом виде (3 мальчика и 3 девочки) выходят во II этап игр.

II э т а п провести с 15 по 20 мая. Олимпийская неделя.

1 - й д е н ь. Кросс для всех. Старты раздельные.

2 - й д е н ь. Прыжки в длину с разбега для всех (расписание будет особым).

3 - й д е н ь. Бег на короткие дистанции (расписание будет особым).

4 - й д е н ь. Прыжки в высоту с/р (расписание будет особым).

5 - й д е н ь. Олимпийский бал.

В олимпийских играх участвуют все учащиеся школы (кроме освобожденных).

Для учеников 1–2 классов – соревнование по подвижным играм.

Награждение. Победители (призеры) по видам во всех возрастных группах награждаются олимпийскими медалями: «золотой», «серебряной» и «бронзовой», а также грамотами.

Совет физоргов школы: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 *(подписи)*

Дата:

Положение сразу же вывешивают на доску объявлений в рекреации спортзала.

И начинается подготовка к играм. Техническая – на уроках, все остальное (протоколы, атрибуты, ремонт спортсооружений) делают сами ребята под руководством учителя.

Особых занятий по подготовке олимпийцев нет. Обычные школьные уроки по расписанию. Обучение и совершенствование, только обязательно надо изредка напоминать детям, что этот вид олимпийский и зачет учебного норматива будет одновременно и пропуском в финал олимпийских игр. Ребята могут ежедневно самостоятельно заниматься на школьных спортплощадках.

Медали для награждения изготовить можно из обыкновенной жести от банок из-под краски. Из желтой жести делаем «золотые» медали, из белой – «серебряные», из темновато-желтой – «бронзовые».

Нарезаем обычными ножницами кружочки  5 см из жести, подсчитав, сколько нам нужно. Зачищаем заусенки. Дырочку  5–6 мм для ленточки пробиваем бородком. Коротенькой стальной трубочкой, немного заточенной на конце под овал, набиваем в верхней части медали олимпийские кольца. Ниже маленькими «зубильцами», сделанными из болтиков, выбиваем год проведения игр.

Ленточки для медалей покупаем в магазине или делаем из старых женских платков.

**День открытия**

После уроков. Дети сбегали домой, пообедали, переоделись. Сбор на школьном стадионе в 15 часов. Стадион школы от двора отгорожен металлической оградкой, по периметру – тополя. На входе в виде флажков на проволоке надпись «Добро пожаловать!». На оградке стадиона по середине каждой секции стилизованные эмблемы видов спорта. Между тополями натянуты гирлянды цветных флажков и воздушных шариков. На трибуне плакат «Олимпийцы среди нас». За трибуной по обе стороны флагштока флаги различных цветов.

*Звучат спортивные марши и песни.* На трибуне администрация школы, учителя, гости. Вокруг – болельщики.

**Учитель ФК:**  «Начинаем парад участников олимпийских игр. *(Участники парада, финалисты, поклассно в колонну по два стоят у входа на стадионе.)* Парад! Шагом марш!»

Под марш по радио команды классов, начиная с 3 «А» и по 11 «Б», идут с интервалом в 5–6 шагов. Впереди каждого класса идет первоклассник с табличкой на палочке в руках: «3 «А» класс, 9 «Б» класс и т. д. Участники парада обходят стадион по беговой дорожке и останавливаются напротив трибуны.

**Учитель ФК** выходит к середине строя и командует: «Парад! Равняйсь! Смирно! Равнение на середину! *(Идет строевым шагом на доклад директору школы.)* Товарищ директор школы! Участники финала школьных олимпийских игр на торжественное открытие построены! Главный судья Серов». *(Делает два шага вперед-вправо, поворачивается кругом.)*

Директор здоровается с ребятами, поздравляет их с выходом в финал школьных олимпийских игр.

**Учитель ФК:** «К выносу олимпийского флага стоять смирно! Олимпийское знамя внести!»

*Звучит дробь барабанов,* под их звук входит знаменная группа: мальчики в белых маечках и голубых трусах, девочки в белых теннисках и зеленых трусах. Восемь человек несут флаг олимпийских игр, держа его за края. Мальчики подняли руку к плечу, девочки несут знамя в опущенной руке. В таком наклонном положении флаг виден всем.

Флаг – белое полотнище размеров 2  3 м. Посередине пять олимпийских колец  70 см, выполненных масляными красками.

Флаг подносят к флагштоку. Учитель ФК укрепляет его к шпагату. Знаменная группа уходит строем и становится в общий строй на левый фланг.

**Учитель ФК:** «Олимпийским рекордсменам прошлого года *(называет фамилии и имена)* подойти к флагштоку!

*(Ребята выходят из строя и подбегают к флагштоку.)* К поднятию олимпийского флага стоять смирно! Олимпийский флаг поднять!»

Флаг медленно поднимают по флагштоку, звучит гимн России. Как только флаг достиг вершины флагштока, мальчики выпускают десятки голубей. Крики «Ура!».

**Учитель ФК** подходит к микрофону: «Сейчас судейская бригада, которая будет обслуживать наши олимпийские игры, и участники игр дадут торжественную клятву чести и справедливости. судейскую бригаду прошу выйти перед парадом и построиться в одну шеренгу».

Судьи – мальчики и девочки, которые не попали в финал, в спортивных костюмах, бейсболках, с нарукавными повязками красного цвета – надпись «Судья» – выходят перед строем.

**Учитель ФК:** «Текст присяги зачитывает наш почетный гость, бывший спортсмен *(называет фамилию, имя)*».

Учитель ФК уступает место у микрофона чтецу, а сам идет и становится на правый фланг судейской бригады.

Зачитывается клятва.

**Клятва**

«Мы, судьи и участники школьных олимпийских игр, перед лицом друг друга торжественно клянемся: судить и соревноваться честно и справедливо, быть скромными, прилежными и дисциплинированными. Клянемся!»

Бригада судей и все участники парада громко отвечают: «Клянемся!»

**Учитель ФК:** «Парад! К выходу со стадиона – направо! Шагом марш!»

Звучит марш, бригада судей, колонна участников парада обходят стадион по беговой дорожке до выхода. Тут же за выходом расходятся и уже в качестве болельщиков возвращаются на стадион.

**Учитель ФК** объявляет по радио: «Сейчас будут соревноваться самые младшие спортсмены школы в подвижных играх, ученики 1–2 классов. Сборные команды 1–2 классов, прошу выйти на старт!»

Сборные команды начинающих по 10 человек (5 мальчиков и 5 девочек). Для первоклашек устроен гандикап: старт на 1 м дальше на дистанциях эстафет. Соревнуются сразу все команды. Судят и проводят игры судьи-старшеклассники.

**Подвижные игры для малышей**

**I. Эстафета.**

И. п.: в колонну по одному.

И н в е н т а р ь: эстафетная палочка, флажки на старте, поворотные флажки.

З а д а ч а: по команде «Марш!» добежать до поворотного флажка (15 м), обежать его и вернуться обратно. Передать эстафетную палочку следующему, самому идти в затылок своей команды.

Победитель получает 4 очка, второй – 3, третий – 2, четвертый – 1 очко. (Очки по количеству участвующих команд).

**II. Велосипедисты.**

И. п.: в колонну по одному, направляющий сидит на трехколесном велосипеде.

И н в е н т а р ь: трехколесный велосипед «Малышок» или др.

З а д а ч а: по команде «Марш!» ехать к флажку, объехать его и вернуться обратно. Передать велосипед следующему и т. д.

Получают очки, как и при выполнении упражнения I.

**III. Смена мячей.**

И. п.: в колонну по одному.

И н в е н т а р ь: 2 волейбольных мяча, стул.

З а д а ч а: имеющийся у вас в руках мяч надо поменять, добежать до стула, но так, чтобы мячи не падали.

П р а в и л а: Если мяч упал, положите его на стул, а тогда бегите назад.

Распределение очков такое же, как в упражнении I.

**IV. Меткие стрелки.**

И. п.: в колонну по одному, у каждого по 3 теннисных мяча.

И н в е н т а р ь: 30 т/мячей, мишень – ловушка 1х1 м.

З а д а ч а: команды «стреляют» по очереди (с 7 м вторые классы и с 6 м – первые), постараться как можно больше сделать чистых попаданий (мяч в ловушке).

Побеждает команда, сделавшая больше метких «выстрелов». Распределение очков прежнее.

**V. Лыжники.**

И. п.: в колонну по одному. Направляющий стоит на лыжах с палками в руках.

И н в е н т а р ь: лыжи укороченные с петельным креплением; палки без цевья.

З а д а ч а: по команде «Марш!» обежать флажок и бегом вернуться обратно. Лыжи передать следующему и т. д.

Победитель получает 4 очка, последующие – как прежде.

**VI. Зайчики.**

И. п.: в колонну по одному, направляющий сидит на баскетбольном мяче, руками придерживая его с боков.

И н в е н т а р ь: баскетбольный мяч.

З а д а ч а: по команде «Марш!» прыгать вокруг флажка. Взять мяч в руки и бежать обратно. Передать мяч из рук в руки и т. д.

Очки – см. упражнение I.

**VII. Скакалочка.**

И. п.: в колонну по одному. У направляющего большой металлический обруч.

И н в е н т а р ь: металлический обруч.

З а д а ч а: по команде «Марш!», прыгая через обруч, как через скакалку доскакать до флажка, одеть обруч на себя, выполнить 10 вращений на поясе, катить обруч назад и передать следующему и т. д.

Очки – см. упражнение I.

**VIII. «Санитары».**

И. п.: в колонну по одному. Три «санитара» с санками и на них сидит «пострадавший».

И н в е н т а р ь: детские санки без спинки, 3 санитарные повязки.

З а д а ч а: по команде «Марш!» трое «санитаров» везут с поля боя «раненного» в госпиталь за поворотный флажок. Надо быстрее перевезти всех.

Побеждает команда, первая закончившая перевозку.

Очки – см. упражнение I.

**IX. Космонавты.**

И. п.: в колонну по одному. Впереди капитан в «летающей тарелке» – обруче, который он держит руками на уровне пояса.

З а д а ч а: по команде «Старт!» «тарелка» летит на «луну» (за флажок) и снова на «землю» – на старт, берет одного «космонавта» и снова «летит» на «луну» и обратно на «землю», берет второго «космонавта» и т. д. («Космонавты» могут «лететь» в «тарелке» или держаться за нее рукой.)

Побеждает команда, первая вернувшаяся на «землю» в полном составе.

Остальные получают очки – см. упражнение I.

Соревнования закончены. Секретарь-судья объявляет результат.

Председатель родительского комитета поздравляет юных спортсменов с вступлением их в большую семью спортсменов-школьников и вручает им ящик халвы, и все вместе идут в школьную столовую пить чай.

**первый день
Кросс**

К двум часам дня на стадионе собираются спортсмены и болельщики.

Первый забег млашей группы:

1400девочки – 1 км;

1415 мальчики – 1 км.

Сразу после забегов – награждение. У трибуны собираются болельщики. Учитель ФК по микрофону приглашает победителей пройти к пьедесталу почета. Судья, построив в сторонке победителей, ведет их в колонну по одному к пьедесталу. Подошли, повернулись налево. Учитель называет победителей (вначале девочек), и те поднимаются на пьедестал. Под марш идут в одну шеренгу три девочки, средняя несет на подносе медали, у остальных девочек в руках цветы.

**Учитель ФК** по микрофону сообщает, что награды будет вручать ветеран спорта *(называет фамилию, имя)*.

Ветеран одевает медали на победителей и вручает грамоты. Девочки дарят цветы. Звучит Гимн России.

**Средняя группа:**

1500 – забег девочек на 2 км;

1515 – забег мальчиков на 2 км;

1530 – награждение.

**Старшая группа:**

1600 – забег девушек на 2 км;

1615 – забег юношей на 3 км;

1640 – награждение.

**второй день
Прыжки в длину с разбега**

**Младшая группа:**

1400 – девочки;

1430 – мальчики;

1500 – награждение.

**Средняя группа:**

1515 – девочки;

1545 – мальчики;

1620 – награждение.

**Старшая группа:**

1630 – девушки;

1700 – юноши;

1730 – награждение.

**третий день
Бег на короткие дистанции**

**Младшая группа:**

1400 – девочки, бег на 30 м;

1410 – мальчики, бег на 30 м;

1430 – награждение.

**Средняя группа:**

1440 – девочки, бег на 60 м;

1450 – мальчики, бег на 60 м;

1500 – награждение.

**Старшая группа:**

1510 – девушки, бег на 100 м;

1530 – юноши, бег на 100 м;

1550 – награждение.

**четвертый день
Прыжки в высоту с разбега**

Соревнования проводятся в спортзале. На улицу сложно выносить 30 ватных матов и 10 поролоновых. Трудно очищать от пыли и грязи, особенно поролоновые.

**Младшая группа:**

1400 – девочки;

1440 – мальчики;

1520 – награждение;

**Средняя группа:**

1530 – девочки;

1610 – мальчики;

1650 – награждение;

**Старшая группа:**

1700 – девушки;

1800 – юноши;

1900 – награждение.

**Весь расклад:** расписание по видам и дням вывешивают заранее на доске объявлений. Дополнительно его объявляют на параде открытия.

**пятый день
Олимпийский бал**

К назначенному часу в спортзале собираются участники олимпийских игр, победители и призеры с олимпийскими медалями на шее, ученики школы, то есть кто не участвовал в финале игр, учителя, гости. Зал украшен флажками, флагами, шариками. Олимпийский флаг перенесен с улицы и поднят на флагштоке в зале. *Звучит музыка.* Многие танцуют.

**Учитель ФК:** «Участники олимпийских игр, построиться! Покомандно! В две шеренги становись! *(Первая шеренга – девочки.)* Равняйсь! Смирно! Равнение на-лево! *(Идет строевым шагом к директору школы.)*

Товарищ директор школы! Участники школьных олимпийских игр на торжественное закрытие игр построены!»

Директор здоровается с олимпийцами, поздравляет победителей с успехом, выражает надежду видеть их в строю настоящих олимпийцев. Просит не унывать тех, кто сегодня не завоевал медаль. Все впереди. Настойчиво учитесь и тренируйтесь. Все впереди.

**Учитель ФК:** «Для опускания флага олимпийских игр прошу подойти рекордсменов от всех возрастных групп».

Выходят к флагштоку рекордсмены. Тут же стоит знаменная группа.

**Учитель ФК:** «Флаг олимпийских игр школы опустить!»

Флаг под звуки гимна медленно опускают. Ребята отвязывают его и передают знаменной группе. Знаменная группа – 8 человек строем с развернутым флагом под звуки марша проходят через зал и уходят в подсобное помещение.

**Учитель ФК:** «У нас с вами остается невыполненным одно небольшое мероприятие. Ответьте мне, хорошо ли вас обслуживали судьи? *(Крики: «Да! Хорошо!»)* Прошу судей-общественников выйти перед строем».

Выходят судьи. Строятся в одну шеренгу.

**Учитель ФК:** «Внести олимпийские награды».

В зал из тренерской выходят три девочки, та, что в центре, несет поднос с медалями, две – букет тюльпанов. Под одобрительные возгласы, аплодисменты учитель каждому судье одевает на шею медаль, а девочки вручают по тюльпану. Как только вручена последняя медаль, звучит Гимн России.

**Учитель ФК: «**Последнее. Давайте все вместе выйдем на площадь к братской могиле и возложим цветы тем, кто отдал за нас, наше счастье самое дорогое – свою жизнь».

Все выходят на улицу и молча идут на площадь к могиле захороненных воинов, павших в боях за Родину в Великой Отечественной войне. Кладут цветы на плиты с именами захороненных воинов. Молча стоят вокруг.

**Учитель ФК:** «А теперь прошу всех вернуться в спортзал».

В спортзале *звучит музыка*, ребята танцуют 3–4 танца. На середину зала выходит вокальная группа и исполняет «Песню о тревожной молодости» А. Пахмутовой на стихи Л. Ошанина.

И опять 3–4 танца.

Снова появляется вокальная группа. *Звучит песня «Далеко-далеко»* (музыка Г. Носова, стихотворение А. Чуркина).

И опять 3–4 танца.

**Учитель ФК:** «Ребята! Я предлагаю всем призерам нынешних олимпийских игр сфотографироваться на память. Прошу медалистов младшей группы пройти и сесть на скамейку (скамейки, стулья уже приготовлены), среднюю группу – сесть на стулья, старшие встанут сзади. В центре усаживаются учителя физкультуры. Судьи-общественники устраиваются с флангов».

И снова *звучит музыка*, ребята танцуют.

Учитель ФК объявляет прощальный вальс, и дети постепенно расходятся.