

# Зимняя Олимпиада

К зимней олимпиаде готовится вся школа. За день до открытия зимней олимпиады совет школы проверяет готовность спортивных и игровых площадок, лыжных трасс, наличие и готовность инвентаря, сувениров, призов, грамот, украшена большая новогодняя ёлка рядом с импровизированной сценой.

Зимняя олимпиада школы проходит в течение двух дней. Утром первого дня все готово к ее проведению: вся территория празднично украшена; места спортивных соревнований, конкурсов, аттракционов красочно оформлены; на видном месте установлено панно с эмблемой олимпиады. На информационном щите четко указаны время и место проведения каждого соревнования. Здесь участники могут познакомиться с условиями проведения всех мероприятий, входящих в программу олимпиады. Для праздника выбирается ведущий. Он комментирует ход соревнований и конкурсов, объявление номеров развлекательной программы, победителей, результатов спортивных встреч.

Ведущий со сцены приглашает всех гостей и участников пройти к месту открытия праздника.

Праздник открывается парадом карнавальных костюмов, изготовленных ребятами на уроках труда, кружках. Под веселый марш идут многие в национальных костюмах, их сопровождают: Кот в сапогах, Буратино, Вини-пух, зайчата, медвежата и т. д. Завершают парад спортивные команды – участники олимпиады. После парада главный судья оглашает приветствие и программу олимпиады. Под звуки спортивного марша поднимается флаг зимней олимпиады.

На импровизированной сцене проводится 15-минутное представление с участием Деда Мороза и Снегурочки. В конце представления зажигаются огни новогодней елки. Это служит сигналом к началу всех спортивных и развлекательных мероприятий. Для доставки маленьких участников олимпиады к местам проведения конкурсов, аттракционов, спортивных соревнований используются санные поезда, составленных из нескольких последовательно соединенных саней. Ими управляют старшие ребята. Каждому поезду Дед Мороз и Снегурочка вручают маршрут с указанием, на какое мероприятие необходимо доставить пассажиров.

Наиболее активные участники и победители спортивных соревнований, эстафет, викторин награждаются специальными талонами. На лицевой стороне талона изображена эмблема олимпиады и указывается мероприятие, в котором занято призовое место. На оборотной стороне талона – номер, а также место и время проведения лотереи.

В 11.30 дается старт участникам лыжной эстафеты, а в 12.00 – сигнал к началу всех спортивных соревнований и развлекательных мероприятий.

Спортивная программа первого дня праздника:

**Комбинированная эстафета.** Состав команды – 4 человека. В эстафете 4 этапа по 50 м: 1 этап – от старта к финишу, 2 этап – от финиша к старту т. д.

1 этап: лежа спиной на санках и отталкиваясь ногами, передвижение вплоть до следующего этапа. 2 этап: передвижение на санках лежа на животе и отталкиваясь от земли руками или колышками. 3 этап: передвижение на одной лыже с отталкиванием палками. 4 этап: бег на лыжах 50 м туда и 50 м обратно. Если дистанция проходит по периметру, то участники последнего этапа бегут одну дистанцию 50 м. Побеждает команда, первой закончившая эстафету.

**Малый биатлон.** Состязания проводятся на снеговой площадке. Команды (в каждой по 3-4 лыжника) строятся в колонны по одному. По сигналу первые номера бегут на лыжах 30, 50 м и более и, не добежав 15 м до мишени (кусок фанеры с вырезанным кругом диаметром 50-60 см), бросают в нее по 5 снежков с расстояния 15 м. После этого участник возвращается к линии старта и, коснувшись рукой второго номера, встает в колонны, а его товарищ выполняет то же задание. И т. д. За каждый промах команде начисляется 5 штрафных секунд. Выигрывает команда, первой выполнившая задание.

**Хоккейная эстафета.** В 5 шагах от линии старта на льду расставляют в два ряда 5 – 10 стоек. Расстояние между рядами 15 шагов, между стойками – 10 – 12 шагов. Соревнуются 2 команды по 6 человек. Каждая команда строится за линией старта против ряда стоек, в руках у ребят клюшки. По команде судьи первые номера кладут перед собой мяч или шайбу и начинают движение, огибая одну стойку справа, другую – слева. Так они проводят мяч вдоль всего ряда стоек и, обогнув последнюю, таким же образом возвращаются к линии старта, где передают мяч (шайбу) следующему участнику. Тот выполняет аналогичное задание. И т. д. Побеждает команда первой, закончившая эстафету.

**На санках.** Размечается круговая дистанция с общим стартом и финишем. Она может проходить в парке, вокруг школы или на просторной площадке. Протяженность дистанции в зависимости

от условий может быть от 100 до 500 м. Дистанция делится на этапы, количество которых соответствует числу участников в команде. Каждый этап отмечается флажком.

Команды участницы – их может быть две или три – расставляют своих ребят следующим образом. На старте находятся по два участника от команды с санками. У флажка, обозначающего конец 1 этапа, и у всех последующих флажков стоят по 1 участнику от команды, за исключением последнего флажка, обозначающего финиш.

На старте один из членов команды садится в санки, другой берет санки за веревочку. По сигналу «Марш!» соревнующиеся трогаются в путь. Добежав до конца первого этапа, везущий санки останавливается. Тот, кто ехал на санках, быстро слезает с них и берет санки за веревочку. Ожидавший на этапе садится на санки, и ребята направляются к следующему флажку, а тот, кто вез санки, остается у предыдущего флажка. Таким образом, ездоки движутся по этапу к этапу, пока не объедут весь круг. Выигрывает команда, первая преодолевшая дистанцию.

**Футбол на снегу.** Играют разновозрастные команды. Каждый матч (перед соревнованиями проводится жеребьевка) длится 15 минут. При ничейном результате все члены команды пробивают по 1 пенальти. Система розыгрыша определяется в зависимости от числа команд.

В программу второго дня зимней олимпиады входят различные конкурсы, аттракционы, подвижные игры, развлечения с участием Деда Мороза и Снегурочки, показательные выступления, финальный матч по хоккею с шайбой, а также финальная игра по футболу на снегу.

**Снайперы.** Для игры изготавливается несколько мишеней по числу команд. Мишень представляет собой лист фанеры с начерченным на ней кругом диаметром 50 см. Против каждой мишени на расстоянии 6-8 шагов шеренгой располагается, команда из 5-6 человек. Ребята делают себе по несколько снежков. Задача каждой команды заключается в том, чтобы, метая снежки в мишень, как можно гуще залепить ее снежком. Выигрывает команда, сделавшая за ранее оговоренный отрезок времени больше попаданий в мишень.

**Бег в мешках.** На снегу обозначается линия старта и 20 м от нее – линия финиша. Играющие влезают в мешки и выстраиваются вдоль линии старта, придерживая мешок за края на высоте пояса. По сигналу судьи все передвигаются прыжками по направлению к линии финиша. Побеждает тот, кто первым пересечет линию финиша. Более взрослые участники могут преодолевать дистанцию, прыгая спиной вперед.

**Осторожные шаги (Игра для самых маленьких).** На снегу чертится круг диаметром 2 м. По окружности ставится 4-6 кеглей. Играющих должно быть на одного больше, чем кеглей. Они становятся вокруг кеглей, взявшись за руки, и по сигналу под музыку идут вправо или влево. Как только музыка прекратится, каждый должен схватить кеглю. Тот, кому кегля не досталась, выбывает из игры. Кегли снова расставляются по окружности, но уже на одну меньше. И т.д. до тех пор, пока на окружности останется одна кегля. Тот, кто успевает ее схватить, считается победителем.

**Катание с гор.** Проводится как с естественных, так и с искусственных горok высотой 3-5 м. Поверхность горки должна быть ровной и гладкой. Для организации катания необходим запас санок разных конструкций. Катающиеся по очереди поднимаются на вершину горы. Здесь под наблюдением руководителя они садятся в санки и спускаются вниз. Кто дальше проедет?

При подъеме на гору можно использовать канаты для подтягивания на руках. Влезание на гору с помощью каната так же проводится в виде соревнования, кто раньше закончит подъем. Если горка небольшая, можно устроить соревнование без каната, кто скорее доберется до верха.

При спуске с горы можно давать ребятам различные задания: съехать сидя, ноги вперед; боком; лежа на боку, на животе; стоя на коленях. Можно усложнить задание: при спуске с горы набросить кольцо на воткнутую в снег лыжную палку; срывая по пути развешанные предметы; проехать между воткнутыми в снег лыжными палками; подбросить мяч и поймать его на лету. За каждое выполненное задание участнику вручается талон на участие в лотереи.

Награждение победителей и призеров зимней олимпиады проводится в конце второго дня соревнований в помещении.