

Спортивное мероприятие в начальной школе

"Весёлые старты"

для учащихся 1-4 классов.

Цели:

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Развитие личности ребенка на основе овладения физической культурой.
3. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

Задачи:

1. Развивать выносливость, ловкость, быстроту реакции, интерес к занятиям физической культурой;
2. Воспитывать дисциплинированность, трудолюбие, коллективизм, взаимовыручку.
3. Укреплять уверенность учащихся в своих спортивных способностях;

Инвентарь: кегли, обручи (4 шт.), спортивные скамейки, воздушные шары, ракетки (4шт.), свисток, баскетбольные мячи, ведра, газеты

Ведущий.

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься,

Заниматься нужно нам!!!!

Вступительное слово. Здравствуйте, дорогие ребята! Очень приятно видеть вас сегодня в нашем спортивном зале. Мы начинаем самую веселую из всех спортивных и самую спортивную из всех веселых игр – «Весёлые старты» и наш спортивный зал превращается в веселый стадион. Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте.

Ведущий: Сегодня мы рады приветствовать дружные команды. В соревнованиях примут участие 4 команды. (**Представление**).

Представление жюри

Итак, с командами познакомились – пора начинать соревнование!

Конкурс №1 – Разминка. **Эстафета. «Яичница».**

Инвентарь – кегли, ракетки для бадминтона, шары.

Комментарий: А сейчас конкурс-эстафета. Участвуют все члены команды. Наш конкурс называется «Яичница».

Задача участников - Добежать до определенного места, неся на ракетке шарик, и вернуться обратно, передавая эстафету следующему участнику.

Задача успеть приготовить яичницу раньше других - завершить дистанцию.

Конкурс №2 Эстафета "Меткий стрелок"

Учитель. Мишенью будет служить обычное ведро, в которое участники станут метать мячи. Участнику каждой команды вручается по три мяча. Ведро-мишень установлено на расстоянии 5 метров от финишной черты. По сигналу первый игрок подходит к финишной черте и бросает мячи, стремясь попасть в ведро. За ним подходит следующий игрок, и так по очереди. Побеждает команда, которая больше забросит мячей.

Конкурс №3. Эстафета «Догони и прокати»

Команды стоят в исходном положении ноги врозь. По команде 1-й бежит до ориентира с мячом в руках, обегает ориентир, бежит назад в конец колонны и оттуда прокатывает мяч под ногами команды. Впереди стоящий берет мяч и продолжает бег.

Конкурс №4. Для капитанов «Эстафета с мячом»

Капитаны стоят на линии старта, в руках клюшки с мячом. На расстоянии 15м стоит фишка. По свистку направляющий клюшкой ведёт мяч, обводит фишку и возвращается в свою команду. Кто быстрее пройдет?

Конкурс №5. «Дружба»

Удерживая лбами, воздушный шарик и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре

Конкурс №6. Эстафета "Толкание ядра"

Учитель. Для ядра мы взяли газету и скомкали ее, чтобы получился плотный небольшой ком. Теперь вспомните, как толкают ядро спортсмены: берут его в одну руку, плотно прижимают к плечу, а затем рука распрямляется так, чтобы все усилие шло на ядро, которое надо вытолкнуть. Вы делаете точно так же. Первый игрок начинает с финишной прямой. Второй игрок подбегает к тому месту, где ядро упало и начинает с того места. Таким образом, поступают и все остальные участники. В итоге, когда последний участник отбрасывает ядро, и чье ядро будет дальше, тот и победил. На старт, внимание, марш!

Конкурс №7. Эстафета "Спортивная ходьба"

Учитель. В нашей эстафете процесс ходьбы будет таким: участники, делая шаг, пятку одной ноги должны вплотную приставить к носку другой. То есть с каждым шагом участники будут передвигаться вперед только на длину подошвы их обуви. Дошли до обруча, который лежит на дистанции 8 метров, взяли мяч, который лежит в кругу, и таким же шагом назад. Передали мяч следующему участнику, который должен положить мяч в круг, и стали в

конец колонны. Так до последнего человека. Кто нарушает правила, начинает дистанцию с самого начала. На старт, внимание, марш!

Конкурс №8. «Посиделки»

Участники команд усаживаются на спортивные скамейки в затылок друг другу и передают сидящему сзади игроку мяч. Последний с мячом бежит, садится вперёд и снова передаёт мяч. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах.

Конкурс №9 – «Пингвины с мячом».

По сигналу участник зажимает мяч между коленями и устремляется к обручу, оставляет мяч в обруче и возвращается в команду. Следующий бежит за мячом, зажимает таким же образом и бежит в команду, чтобы передать мяч 3–ему игроку.

Подведение итогов. Предоставляем слово жюри, которое подведет итог наших соревнований.

Ведущий: Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость!