

# Внеклассное мероприятие «Веселые старты» для учащихся 5-6 классов.

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни, укрепление здоровья учащихся.

**Инвентарь:** кегли, обручи, кубики, скакалки, мячи

**Ведущий:** Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня в нашем спортзале! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”! И наш спортивный зал превращается в весёлый стадион! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

**Ведущий:** Теперь пришло время познакомиться с участниками праздника. Представление команд (название, девиз, ).

## **Команда № 1.**

Название: «Победители».

Девиз: Ни шагу назад, ни шагу на месте,  
А только вперёд и только вместе.

## **Команда № 2.**

Название: «Оптимисты».

Девиз: Светить всегда, светить везде  
И помогать друзьям в беде.

## **Представление жюри.**

**Ведущий:** Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить команды будут (представление членов жюри).

Пусть жюри весь ход сраженья  
Без промашки проследит.  
Кто окажется дружнее,  
Тот в бою и победит.

**Ведущий:** А сейчас напутственные слова участникам соревнований.

Спорт, ребята, очень нужен,  
Мы со спортом очень дружим.  
Спорт – помощник!  
Спорт – здоровье!  
Спорт – игра!

Физкульт – ура!

**Ведущий:** Итак, с командами познакомились, жюри выбрали, напутствие услышали – пора начинать соревнование!

### **1 эстафета «Разминка»**

Добежать до противоположной стороны зала, огибая кегли и бегом вернуться обратно.

*Жюри подводит итог.*

### **2 эстафета «Наездники»**

1-й участник надевает на себя обруч, 2-й держит его за обруч. Бегут до финиша и обратно. Передают эстафету следующей паре.

### **3 эстафета «Перенеси предмет»**

На старте стоят у каждой команды предметы по количеству участников (кубики или любые игрушки). Необходимо взять один предмет, донести его до финиша и поставить в обруч, вернуться. Выигрывает та команда, которая перенесет быстрее всех.

### **4 эстафета «Прыжки с мячом»**

Участник зажимает мяч между ногами и прыгает до линии финиша и обратно, стараясь не потерять мяч. Передаёт мяч на старте следующему участнику и т.д.

### **5 эстафета «Передача мяча»**

Участник команды обегает кеглю, становится в конец колонны и катит мяч под ногами. Следующий участник, получив мяч, делает тоже самое.

Выигрывает команда, которая быстрее справится с заданием.

### **6 эстафета «Прыжки со скакалкой»**

Участник бежит к фишке, прыгает через скакалку 5 прыжков и бежит обратно. Передаёт скакалку следующему участнику.

### **7 эстафета «Перетягивание каната»**

*Жюри подводит итог.*

Игра

- Если согласны, говорите хором: «Это я, это я, это все мои друзья!»

Если не согласны – молчите.

\*Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов?

- Это я, это я, это все мои друзья.

\*Кто не хочет быть здоровым,

Бодрым, стройным и веселым?

\*Кто из вас не ходит хмурый,  
Любит спорт и физкультуру?  
\*Кто мороза не боится,  
На коньках летит, как птица?  
\*Ну а кто начнет обед  
С жвачки импортной, конфет?  
\*Кто же любит помидоры,  
Фрукты, овощи, лимоны?  
\*Кто поел и чистит зубки  
Ежедневно дважды в сутки?  
\*Кто из вас, из малышей,  
Ходит грязный до ушей?  
\*Кто, согласно распорядку  
Выполняет физзарядку?

*Подведение итогов.*

Всем спасибо за вниманье,  
за задор и звонкий смех.  
За азарт соревнованья  
Обеспечивший успех.  
Вот настал момент прощанья,  
Будет краткой наша речь.  
Говорим мы «До свиданья,  
До спортивных, новых встреч!»),

**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! До новых встреч!