«Весёлые старты»

для учащихся 1-2 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:4 конуса, 4 листа А4, 4 волейбольных мяча, 4 обруча, 4 набивных мяча, кегли, обручи (4 шт.), 4 клюшки, 4 баскетбольных мяча.

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 - 1А класса, 1Б класса, 2А класса и 2Б класса.

Представление жюри:

*Итак, с командами познакомились – пора начинать соревнование*

**Разминка:** 4-6 упражнений на месте в колоннах

Сегодня нас будет сопровождать подвижная игра «Светофор»

Правила игры: я поднимаю картонный кружок жёлтого цвета- вы хлопаете в ладоши, красного цвета- вы стоите неподвижно, зелёного цвета- все маршируют на месте.

**1. конкурс «Яичница»**

Во время эстафеты бумажный лист должен лежать на ладони сам по себе - его ни как нельзя придерживать при беге. Первые игроки с каждой команды бегут до конуса, обегает его, и бегут обратно. Если листик вдруг упадет на пол, его нужно поднять, положить на ладонь и продолжить свой путь. Добежав до своей команды, игрок должен быстро переложить листик на правую ладонь следующего в очереди товарища, который сразу бежит вперед. Тем временем первый стает в конец колонны. Так продолжается до тех пор, пока очередь не дойдет до первого. Побеждает та команда, которая быстрее справилась с заданием.

**2. конкурс «Кенгуру»**

Первый участник зажимает мяч между колен и, как кенгуру, прыгает с ним до конуса, обегает его, и бежит обратно и передаёт мяч следующему игроку и т.д. Победителем становится команда, чьи игроки первыми закончат эстафету.

**3. конкурс «Догони и прокати»**

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

**4. конкурс «Пролезь через обручи»**

По свистку ведущего первые игроки каждой из команд бегут до первого обруча, останавливаются перед ним, берут его двумя руками, поднимают над головой, надеть обруч на себя, приседают, кладут обруч на пол, бегут ко второму обручу, встают в центр него, берут руками, поднимают над головой и опускают на пол. После этого игроки обегают мяч и возвращаются на свое место. Игру продолжает следующий ребенок. Выигрывает та команда, которая справилась с заданием первой.

**5. конкурс «Скакуны»**

Лошадь в этой эстафете заменит хоккейная клюшка. Клюшку нужно оседлать сразу двум участникам. Они скакуны. Удерживая между ногами клюшку, предстоит доехать до поворотной отметки (конус) и обратно. Побеждают самые быстрые.

**6. конкурс «Переправа»**

По свистку ведущего первые игроки садятся в «лодку», берут с собой одного игрока и помогает ему переплыть на другой берег. Затем возвращаются за следующим. Можно брать с собой только одного пассажира. Команда, которая быстрее оказалась на другом берегу, выигрывает.

**7. конкурс «Эстафета с мячом»**

Игроки в командах построены в колонны по одному, дистанция между игроками 1−2 шага. Мяч в руках у направляющего команды. По сигналу мяч передается из рук в руки обусловленным способом и так же возвращается назад. Эстафета выполняется несколько раз подряд. Выигрывает команда первой закончившая передачи.

Предоставляем  слово жюри, которое подведет итог наших соревнований.

Друзья, мы бесконечно рады за всех, кто получил награды!

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!

Заниматься не ленись  
    Физкультура – это жизнь  
    Ты всегда спортивным будь - Про болезни позабудь!

До новых встреч!