**Веселые старты (1-4 классы)**

**Цели:**

-Пропаганда здорового образа жизни.

-Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой.

-Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

**Инвентарь**: кегли, обручи, мячи, воздушные шары, спортивные скамейки, теннисные ракетка, теннисные мячи, хоккейные клюшки, скакалки, маты, мешки, канат, ласты, резиновые мячи.

*Зал украшен воздушными шарами, баннерами.*

Ход праздника.

**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!

Теперь пришло время познакомиться с участниками праздника. В соревнованиях участвуют 3 команды по 6 человек:

Представление команд (название, девиз, визитка).

*Выступление детей.*

Если хочешь стать умелым,

 Сильным, ловким, смелым,

 Научись любить скакалки,

 Обручи и палки.

 Никогда не унывай,

 В цель мячами попадай.

 Вот здоровья в чём секрет –

 Всем друзьям – физкульт-привет!

Спорт, ребята, очень нужен,

 Мы со спортом очень дружим.

 Спорт – помощник!

 Спорт – здоровье!

 Спорт – игра!

 Физкульт – ура!

 А сейчас напутственные слова участникам соревнований.

Мы праздник мира, дружбы открываем.

Спортивный праздник закипит сейчас!

Мы спортом дух и тело развиваем,

Он наполнит силой каждого из вас!

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

1 эстафета.

**"Разминка”.**

Добежать (каракатица лицом вперед) до ограничительного знака, пролезть в обруч и бегом вернуться обратно.

2 эстафета.

**"Перекати поле”.**

Бежать спиной вперёд и с помощью обруча катить мяч до ограничительного знака и обратно.

3 эстафета.

**"За двумя зайцами ”.**

Первый игрок бежит с двумя мячами до обруча, кладет в обруч мячи, обегает обруч, возвращается назад, передает эстафету второму. Второй бежит, собирает мячи, обегает обруч, возвращается назад, передает мячи следующему и т.д.

4 эстафета.

**"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.

5 эстафета.

**«Кенгуру».**

Команды стоят на линии старта, у направляющих мяч зажат между коленями. От линии старта на расстоянии 10 м ограничительный знак. По свистку направляющий прыгает с мячом до знака, обегая вокруг, возвращается в команду, передавая эстафету другому игроку.

6 эстафета

**«Бег в ласте».**

Команды стоят в колонну на линии старта. На расстоянии 15 м ставится фишка. По команде направляющие бегут в одной ласте до фишки и обратно в свою команду, передавая эстафету другому. Следующий делает тоже самое.

7 эстафета

**«Прыгуны»**

Команды стоят на линии старта в колонну друг за другом. На расстоянии

15 м стоит фишка. По свистку направляющий должен допрыгать на резиновом мяче до фишки, и вернуться в свою команду, передавая эстафету.

8 эстафета

**«Хоккей с мячом».**

Команды стоят на линии старта в колонну друг за другом, у направляющих в руках клюшки с мячом. На расстоянии 15 м стоит фишка. По свистку направляющий клюшкой ведёт мяч, обводит фишку и возвращается в свою команду, передавая эстафету.

9 эстафета

**«Скакуны»**

Команды стоят на линии старта в колонну друг за другом, у направляющих в руках скакалки. На расстоянии 15 м стоит фишка. По свистку направляющий должен допрыгать до фишки, и возвращается в свою команду, передавая эстафету.

10 эстафета

**«Ракетоносцы»**

Команды стоят на линии старта в колонну друг за другом. На расстоянии

15 м стоит фишка. По свистку направляющий должен донести мячик на ракетке до фишки, и вернуться в свою команду, передавая эстафету.

 11 эстафета.

**"Восьмёрка”**

Два обруча связаны между собой в виде восьмёрки.

4 участника бегут внутри обручей (по 2 в каждом) до ограничительного знака и обратно. У линии старта добавляется по одному человеку в каждый обруч, упражнение повторяется (в обруче 3 чел.), затем добавляется ещё по 1 человеку и упражнение снова повторяется (в обру

че 4 чел.).

12 эстафета.

**"Праздничная”.**

Добежать до стула, взять 1 лист с буквой и вернуться обратно. Эстафета считается законченной, когда команда выстроилась, держа перед собой составленное слово.

Использованное слово: **СПОРТ!**

В мире нет рецепта лучше,

Будь со спортом неразлучен,

Проживёшь 100 лет –

Вот и весь секрет!

Праздник наш кончать пора

Крикнем празднику – УРА!

Подведение итогов.

Награждение команд.

Команды награждаются шоколадными медалями и кубками.

**Ведущий:** Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Ещё раз поздравляем всех с праздником! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!

Протокол

**«Весёлые старты».**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | **Эстафеты** | **Команды** | | |
|  |  |  |
| **1** | **Разминка** |  |  |  |
| **2** | **Перекати поле** |  |  |  |
| **3** | **За двумя зайцами** |  |  |  |
| **4** | **Дружба** |  |  |  |
| **5** | **Кенгуру** |  |  |  |
| **6** | **Бег в ласте** |  |  |  |
| **7** | **Прыгуны** |  |  |  |
| **8** | **Хоккей с мячом** |  |  |  |
| **9** | **Скакуны** |  |  |  |
| **10** | **Ракетоносцы** |  |  |  |
| **11** | **Восьмёрка** |  |  |  |
| **12** | **Праздничная** |  |  |  |
| **Итого:** | |  |  |  |
| **Место:** | |  |  |  |

Судьи: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Старший судья:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_