

**« Умные смелые, ловкие, умелые»
(Веселые старты для учащихся 8-11 классов)**

Учитель:

Цель:

- Пропаганда здорового образа жизни.
- Развитие одаренности ребёнка на основе применения нестандартных форм для овладения им различными физическими навыками.
- Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления
- Пропаганда спорта, как альтернативы негативным привычкам.

Инвентарь: 2 волейбольных мяча, 2 баскетбольных мяча, 6 маленьких мячей, 2 скакалки, 8 обручей, 2 скамейки.

Место проведения: спортивный зал

Ход мероприятия:

Ведущий: Добрый день уважаемые гости и участники спортивного праздника. Сегодня здесь, в этом гостеприимном спортивном зале собрались 2 сборные команды учеников нашей школы, а также многочисленные болельщики команд. А собрались мы здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Но не это главное в нашей сегодняшней встрече. Мы сегодня не будем ставить рекорды, определять чемпионов и выбирать самых сильных и самых ловких. Наше дело другое. Мы собрались для того, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться друг с другом. Самое главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Пусть дружба объединит с этого дня 2 разные по возрасту команды в один дружный и сплоченный коллектив. Я призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю вам успеха. Пусть победит сильнейший, а в выигрыше пусть останутся наша дружба и сплоченность!

Ведущий: А сейчас мы познакомимся с главными действующими лицами наших «Веселых стартов».

1.

2. Чтобы провести соревнование

Вам нужен опытный судья

Такое видно уж призвание-

Судьей, конечно, буду я!

И еще хочу добавить

И арбитров вам представить: (ФИО)

Мы попросили их принять участие в нашем празднике в качестве главных спортивных судей и приглашаем их занять место за судейским столиком.

А сейчас капитаны зачитают торжественную клятву от имени участников соревнований. (Капитаны читают клятву и встают в строй)

Торжественная клятва

От имени всех участников соревнований торжественно клянемся:

- Участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят, и уважая заведомо слабого соперника;
- Клянемся бежать только в указанном судьей направлении- шаг вправо., шаг влево считается попыткой к бегству;
- Клянемся передвигаться только на тех конечностях, которые разрешают правила;
- Клянемся соблюдать олимпийский девиз «Быстрее, выше, сильнее», что значит: быстрее ветра не бежать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника судью не бить;
- Клянемся не прыгать в ширину, не нырять в глубину;
- Клянемся использовать спортивный инвентарь строго по назначению- гири более 16 кг в соперников не бросать;
- Клянемся подножки сопернику не подставлять, упавших не добивать, утопающих не спасать;
- Клянемся громче болельщиков не кричать, кроссовками в них не кидать;
- Клянемся на поворотах резко не тормозить и вовремя включать стоп- сигнал;
- Клянемся соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды;
- Клянемся не подражаться из- за первого приза, но победить любой ценой!

Ведущий:

На спортивную площадку

Приглашаем вас сейчас

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас

Спорт не любит ленивых ,

Тех, кто быстро сдается.

Ненадежных, трусливых.

Он над ними смеется.

Благосклонен он очень
К тем, кто духом силен.
И победы дарует
Лишь выносливым он

Судья: Объявляю товарищескую встречу между командами учеников открытой. Соревнования пройдут по нескольким видам. Напоминаю, что за победу в каждом виде команда- победительница получает 2 очка, проигравшая команда не получает очков, в случае ничейного исхода, если таковой будет, команды получают по 1 очку.

Объявляю **1 конкурс:** Командам дается слово для приветствия соперников и представления своей команды. Судьи оценивают содержание приветствия, организованность, сплоченность команд, остроумие и т.д.

2. Разминка.(Музыка «Утренняя гимнастика»)

Перед любым соревнованием нужно как следует провести разминку, подготовить свое тело к физическим нагрузкам, размять все мышцы, все как полагается у серьезных спортсменов Сейчас команды одновременно будут проводить разминку под руководством своих капитанов, а мы посмотрим, насколько качественно, эффективно, весело и опять- таки дружно и согласованно команды подготовят себя к дальнейшим стартам. Пожалуйста, музыку для разминки.

Подвести результаты приветствия и разминки.

Ведущий:

Спорт – это жизнь. Это легкость движения.
Спорт вызывает у всех уважение.
Спорт продвигает всех вверх и вперед.
Бодрость, здоровье он всем придает.

ЭСТАФЕТЫ

3.«Кривоножки»

Мяч между ног. Добежать отметки и обратно (можно придерживать мяч руками).

4. «Собери урожай»

В конце зала лежит обруч. Первый участник держит 3 мяча, бежит до обруча, на противоположной стороне зала. Оставляет мячи и возвращается. Второй бежит, забирает мячи и т. д.

Ведущий: Чтобы команда победила, ее участники должны быть очень дружными, уметь выполнять упражнения вместе сообща.

5. “Теремок”

Эстафету начинает первый участник, он двигается к финишу, где лежит обруч-теремок. Добежав, продевает обруч через себя, кладет его на место и бежит за следующим участником – “лягушкой”. Теперь они бегут к теремку вдвоем, взявшись за руки, и вдвоем пролезают в обруч. Затем то же с другими участниками. Важно рук не разрывать! Когда их окажется 8 (это “медведь”), семеро надевают обруч и удерживают его на уровне пояса. “Медведь” берет обруч рукой и тянет вместе с участниками к старту.

Жюри подводит итоги эстафеты.

6. “Прыжки в длину”

Первый участник встает на линию старта и совершает прыжок с места в длину. Проводим черту по носкам обуви прыгающего. Следующий участник, не заступая черты, тоже совершает прыжок в длину. Таким образом, вся команда совершает один коллективный прыжок.

Самый длинный командный прыжок – победный.

7. “Полоса препятствий”

Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками. Участники бегут до стула, на котором лежит математическое задание для каждого участника. Решают по 1 примеру и бегом возвращаются.

8. “Попади в цель”

Участники ведут мяч к баскетбольной корзине и забрасывают его.

Жюри оценивает число заброшенных мячей.

9. «Золотая лихорадка». Приглашаю вас принять участие в игре «Золотая лихорадка», которую когда-то по телевидению вел Леонид Ярмольник. У меня нет золотой унции, нет даже серебряной унции, но тем не менее сейчас я предлагаю вам ответить на мои вопросы, и та команда, которая даст последний правильный ответ, получит 1 балл. Всего вопросов будет 3.

1 вопрос: Назовите спортивные игры, в которых в мяч играют руками, но не ногами.

(волейбол, баскетбол, гандбол, теннис-корт, настольный теннис, водное поло, бейсбол, лапта, стритбол, регби, американский футбол)

2 вопрос: Назовите все виды спорта, которые проводятся на воде.(плавание- все виды, водное поло, прыжки в воду, гребля, парусный спорт, водомоторный спорт, водные лыжи)

3 вопрос: Назовите все виды спорта, в которых используются лыжи (лыжные гонки, биатлон, прыжки с трамплина, фристайл, могул, водные лыжи, роликовые лыжи, горные лыжи)

10. Бег со скакалкой

11. “На одной ноге”

Прыжки до ориентира на одной ноге, после сменяем ногу – на другой ноге бегут до команды, передают эстафету.

12. Фишки разложены на расстоянии 1,5 метра 6 штук в руках у участников швабра и баскетбольный мяч толкая шваброй мяч обвести все фишки назад возвращаемся по прямой.

Ведущий:

Если хочешь быть здоровым,

Обойтись без докторов —

Закаляйся, умывайся,

Спортом разным занимайся

Ведущий:

Итак, наш праздник завершен,

А в жюри итог не подведен.

Не ошибиться им желаем,

А мы немного поиграем!

Загадки для команд:

1. Назовите сказку, в которой рассказывается о многодетной семье, где семь детей не слушались маму и попали в беду.
2. Назовите сказку, в которой мама-королева помогла своему сыну найти самую настоящую невесту при помощи горошины.
3. Как называется сказка, в которой девочка пошла проведать больную бабушку, но по пути разговоривала с незнакомцем и из-за этого попала в беду?
4. Как называется сказка, в которой благодаря дружной работе всей семьи удалось убрать большой урожай?

Загадки для зрителей:

Меня хлопали лопатой,

Меня сделали горбатой.

Меня били, колотили,

Ледяной водой облили,

А потом с меня, крутой,

Все скатились гурьбой.

(Горка)

Ног от радости не чуя,

С горки снежной вниз лечу я!

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом

(Лыжи)

На рояль я не похожа,
Но педаль имею тоже.
Кто не трус и не трусиха,
Прокачу того я лихо.
У меня мотора нет.
Как зовусь?
(Велосипед)

Взял дубовых два бруска,
Два железных полозка.
На бруски набил я планки.
Дайте снег! Готовы...
(Санки)

Ведущий предлагает судьям подвести итоги, назвать победителей.

Награждение (награждает один из членов жюри)

Протокол соревнований.

№	Вид программы	1 команда	2 команда
1	Приветствие		
2	Разминка		
3	Кривоножки		
4	Собери урожай		
5	Теремок		

6	Прыжки в длину		
7	Полоса препятствий		
8	Попади в цель		
9	Золотая лихорадка		
10	Бег со скакалкой		
11	На одной ноге		
12	Баба яга		