**МБОУ "Фатневская средняя общеобразовательная школа имени Геро Советского Союза Семёна Матвеевича Сидоркова"**

**Соревнования**

**"Весёлые старты"**

**(начальная школа)**

**Подготовила**

учитель начальных классов

Дронова Яна Александровна

**Класс:** 1 - 4

**Цель:** формирование потребности детей в здоровом образе жизни, пропаганда физической культуры и укрепление здоровья детей.

**Задачи:**

* укрепление здоровья и гармоничного физического развития школьников;
* развитие и укрепление двигательных умений, навыков и физических качеств детей;
* воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

**Ход мероприятия:**

Ведущий:
- Известно, что детей больше всего привлекают игры. Соревнования по играм собирают множество детей и приносят им большую радость. И сегодня наш праздник объединил ребят с первого по четвертый класс, которые испытают радость, веселье, желание показать себя, посмотреть других, испытать чувства собственного достоинства, радость успеха и победы!

- Ребята, сейчас проведем маленькую разминку с помощью стихотворения.

*Что такое физкультура?
Тренировка и игра!
Что такое физкультура?*

*Физ, и куль, и ту, и ра!
Руки – вверх, руки – вниз… Это физ.
Крутим шею, словно руль…Это куль.
Ловко прыгай в высоту … Это ту.
Бегай полчаса с утра … Это ра.
Занимаясь этим делом,
Станешь сильным, ловким, смелым.
(Плюс хорошая фигура!) …
Вот что значит Физ-куль-ту-ра!*

Ведущий:

- На старт вышли самые стойкие и быстрые, самые ловкие и выносливые.

 Именно они будут бороться за звание победителей в различных видах спорта.

*Мечтает быть каждый, конечно, здоровым*

*Но в климате нашем довольно суровом*

*Надо немало труда приложить*

*Чтоб без болезней лет двести прожить.*

Ведущий:

- Теперь пришло время разделиться на команды и познакомиться с участниками праздника. В соревнованиях будут участвовать 2 команды.

- На первый, второй, третий раз считайся!

- Первые номера, три шага вперед. Вторые номера, два шага вперед. (*Расходятся по командам)*

- А теперь каждая команда выберет себе капитана и представить свою команду, т.е. придумает название.

**1 команда** «Стрела». Наш девиз: [«Спорт – это здоровье»](http://www.uchportal.ru/load/198-1-0-16784)
**2 команда** «Комета». Наш девиз: «Спорт – это успех»

Ведущий:

- Итак, с командами познакомились, напутствие услышали – пора начинать наши Весёлые старты! Команды «На право!» к месту проведения эстафет шагом марш!

**1 эстафета.** **"Разминка”**

Участник команды передвигается до конца зала прыжками через скакалку, обратно ведёт мяч, следующий участник ведёт мяч, обратно возвращается прыжками через скакалку.

**2 эстафета. «Меткий стрелок»**

Напротив каждой команды находится ведро. По очереди каждый игрок делает один бросок мячом в ведро. При подсчете очков учитывается количество попаданий.

**3 эстафета. «Быстрый поезд»**

Игроки каждой команды строятся один за другим в колонну. Перед каждой командой на расстоянии 6 — 7 м поставлен флаг. Первый игрок в команде бежит к флажку обегает его и возвращается на место, где за него хватается следующий участник, и дети бегут к флагу вдвоем. Затем возвращаются и берут третьего и т. д., пока вся команда не обежит вокруг флажка. Побеждает та команда, которая закончит игру первой.

Ведущий:

- Наши участники наверное устали, давайте все вместе с вами поиграем в игру *«Кричалка»* я читаю предложения или загадку, а вы их должны закончить.

**1.** Лечит маленьких детей
Лечит птичек и зверей
Сквозь очки свои глядит
Добрый доктор-------*(Айболит)*

**2.** Утром раньше поднимайся,
прыгай, бегай, отжимайся.
Для здоровья, для порядка
Людям всем нужна …….(*зарядка)*

**3.** Хочешь ты побить рекорд?
Так тебе поможет ……(*спорт)*

**4.** Ясным утром вдоль дороги
На траве блестит роса.
По дороге едут ноги
И бегут два колеса.
У загадки есть ответ
Это мой …..(*велосипед)*

**5.** Есть ребята у меня
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих-
Что за кони у меня? (*коньки)*

**6.** Когда весна берёт своё
И ручейки бегут звеня,
Я прыгаю через неё,
А она через меня. (*Скакалка)*

**7.** Чтоб большим спортсменом стать.
Нужно очень много знать.
И поможет здесь сноровка
И, конечно, ……..(*тренировка)*

**8.** Есть лужайка в нашей школе,
А на ней козлы и кони.
Кувыркаемся мы тут
Ровно сорок пять минут.
В школе – кони и лужайка?!
Что за чудо, угадай-ка! *(Спортзал)*

**4 эстафета «Кенгуру»**

*- "Необычный чудо-зверь,
Хоть глазам своим не верь!
Лихо скачет по саванне,
А малыш сидит в кармане”.* (***кенгуру)***
- Сейчас каждый из вас сможет попробовать себя в роли кенгуру. Подвязав фартук и посадив в карман зверюшку, допрыгать на двух ногах до противоположной стены и обратно, затем передать фартук следующему члену команды.

**5 эстафета «Чудный бадминтон»**

- *Вот заданье потрудней,
Помудрей и посложней.
Чтобы Вам вперед идти,
Нужно воздушный шар вести.*
- Участники команд должны ракеткой для бадминтона вести шарик до финиша, назад возвращаются бегом и передают эстафету другому.

**6 эстафета «Айболит»**

- И так - конкурс называется *«Айболит».*

«Айболит» - игрок с градусником (эстафетной палочкой или нарисованным на картоне градусником) добегает до стула, на котором сидит кто-нибудь из зрителей. Ставит ему «градусник» под мышку и возвращается к команде. Следующий «доктор Айболит» забирает «градусник» и т.д.

Ведущий:
- Молодцы, справились все с этим заданием , а впереди наш ждёт следующее испытание : сейчас я вам буду задавать вопросы вы должны ответить на них, но должны сначала дослушать его до конца, не выкрикивать, а поднимать руку.

- Сколько раз в день нужно чистить зубы ? *(2)*
- Почему нужно мыть овощи и фрукты перед едой? *(Чтобы не заболеть кишечными инфекциями)*
- Что говорят когда выходишь из - за стола? *( Спасибо)*
- Куда первоначально попадает пища? *(рот)*
- Какие овощи нам не помогут заболеть гриппом? *(лук и чеснок)*
- Как называется трава-огонь , что её даже знают слепые? (*крапива)*

**7 эстафета "Гонки на колесницах"**

- Участники становятся в пары, первый "лошадь", второй "наездник". На "лошадь" одета узда (скакалка), сзади "наездник", который держит его за вожжи. Движение по прямой в парах бегом до ориентира и обратно, передать вожжи и эстафету следующей паре.

Ведущий:
- *Последний вид соревнований,
Мы завершили и сейчас
Итог всех наших состязаний,
Пусть судьи доведут до нас.*

- Для подведения итогов слово предоставляется жюри.
*(Объявляются итоги в командном зачете спортивного праздника)*
- Наши соревнования подошли к концу, но какими бы не были их итоги, будем считать, что сегодня победила «Дружба!».

***Здоровые дети – в здоровой семье.***

***Здоровые семьи - в здоровой стране.***

***Здоровые страны – планета здорова.***

***Здоровье – какое прекрасное слово!***

***Так пусть на здоровой планете –***

***Растут здоровые дети!***