Программа «Весёлых стартов» для учащихся 1-4классов. 2024

Ведущий: Веселые участники! Позвольте открыть наш спортивно-оздоровительный праздник «Весёлые старты».

|  |  |
| --- | --- |
| Все хотят соревноваться, Пошутить и посмеяться, Силу, ловкость показать, И сноровку доказать. | Этой встрече все мы рады, Собрались не для награды. Нам встречаться чаще нужно, Чтобы все мы жили дружно. |
| Чтобы провести соревнованье, Вам нужен опытный судья. Такое видно уж призванье – Судьей, конечно, буду я. | А еще хочу добавить, И арбитра вам представить (Ф.И.О.) –учитель хороший. И словом, и делом в спорте поможет. Мы хотим вас пригласить Состязанье посудить. |
| Выход команд на построение.  А теперь я хочу спросить у вас Таких, что с физкультурой Не дружат никогда, Не прыгают, не бегают, А только спят всегда, Не любят лыжи и коньки И на футбол их не зови. Раскройте нам секрет – Таких здесь с нами нет? (Дети хором отвечают: “Нет”) | Кто с работой дружен – Нам сегодня нужен? (“Нужен”) Кто с учёбой дружен – Нам сегодня нужен? (“Нужен”) Кто со спортом дружен – Нам сегодня нужен? (“Нужен”) Таким ребятам хвала и честь. Такие ребята среди нас есть? (“Есть”) Спорт, ребята, очень нужен. Мы со спортом крепко дружим! |
|  |  |

**Программа игр:**

Участвуют 4 смешанные команды по 5 человек.

Спортивные конкурсы состоят из двух полуфиналов и финала. За победу в финале начисляется 5 очков, за 2 место 3 очков. Проигравшим командам в полуфинале начисляется по 2 очка. Победитель определяется по наибольшему количеству очков. В случае равенства очков команд, капитаны разыграют победу в дополнительном интеллектуальном конкурсе. Каждые полуфиналисты выбираются «слепым» жребием. Во время выполнения конкурсов звучит спортивная музыка. В полуфинале задание выполняют по две команды.

**1Конкурс челночный бег с набивным мячем**

Два обруча в конце площадки. По сигналу первый номер бежит и кладет набивной мяч. Второй бежит и забирает ит.д.

**Надо2обуча и 2 набивных мяча**

**2. Конкурс: «Биатлон».**

Команды в колоннах стоят в 3х метрах от обруча . Первые номера с мячом бросают мяч в обруч. Если игрок не попадает, то он должен подобрать мяч, обежать фишку, которая находится в тыльной стороне площадки от команд, и, добежав до команды, отдать мяч следующему номеру, а сам становится в конец строя. Если игрок попадает мячом в кольцо, то возвратившись к команде, сразу отдаёт мяч следующему номеру и становится в конец строя. Команда, первой закончившая задание, становится победителем.

**Надо: 2обуча и 2 волейбольных мяча**

**3. конкурс:** **« Мяч капитану».**

Команды становятся на разных сторонах площадки в большой круг. Капитан располагается в центр круга. Капитан передаёт мяч игрокам, те возвращают ему. Как только мяч от последнего игрока доходит до капитана, то он должен обежать всю команду за кругом стать в центр, и поднять мяч вверх. (Примечание: меж каких игроков выбежал капитан, то между этими игроками он должен стать в центр.) Игроки по очереди становятся капитанами. Как все капитаны выполнят задание, определяется команда – победитель по наибольшей сумме победителей.

**Надо: 2волейбольных мяча**

**4. Конкурс: «Огород».** Две команды строятся в колонны на одном конце спортзала. Каждому игроку даётся кубик. Напротив команд по всей длине зала на равном расстоянии стоят конусы По сигналу ведущего первый номер команды добегает до первой «лунки» кладёт в неё кубик и бежит к команде, передавая эстафету второму номеру и так до последнего игрока. Как последний игрок вернётся к команде, то первый игрок бежит к своей лунке и забирает кубик, и так до последнего игрока.

**Надо: 10конусов 10 кубиков**

**5. Конкурс: «Баскетбольный спринт».**

Две команды строятся в шеренгу от середины спортплощадки спиной друг к другу. Первые номера по сигналу ведут баскетбольный мяч путём отскока от пола до конца площадки и возвращаются таким же способом назад и отдают мяч второму номеру и так до последнего игрока. Последний игрок, возвратившись к команде, поднимает мяч вверх и кричит: «Всё

**Надо: 2 баскетмяча**

**6 конкурс «пенальти»** игроки по очереди пинают мяч

**Финальный конкурс «калейдоскоп»** 1 номер бежит перепрыгивает обруч 5 раз. 2 номер бросает мяч об стену-5раз. 3номер ракеткой теннисный -мяч 5раз. 4номер отжимается5раз. 5номер бросает в кольцо мяч и как попадет бежит к команде и кричит все

Заключение.

Ведущий:

Желаю вам цвести, расти,  
Копить, крепить здоровье,  
Оно для дальнего пути –  
Главнейшее условие.  
Пусть каждый день и каждый час  
Вам новое добудет,  
Пусть добрым будет ум у вас,  
А сердце умным будет.  
Вам от души желаю я,  
Друзья, всего хорошего.  
А все хорошее, друзья,  
Дается нам недешево.

Праздник заканчивается награждением победителей медалями и призами.