

## «Веселые старты» для 1-4 классов

Учитель физической культуры  
Рыбалкина Татьяна Александровна  
МОУ «Тырновская средняя общеобразовательная школа»  
Пронского района Рязанской области



# **ПОЛОЖЕНИЕ**

## **о проведении соревнований "Веселые старты"**

### **для учащихся начальных классов.**

#### **I. Цели и задачи**

1. Пропаганда физической культуры и спорта, как средство укрепления здоровья школьников.
2. Овладение необходимыми двигательными умениями и навыками.
3. Вовлечение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом с целью укрепления здоровья.
4. Формирование навыков здорового образа жизни.
5. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.
6. Воспитание «здорового духа соперничества».

#### **II. Организаторы и руководство соревнованиями**

Общее руководство и контроль проведения соревнований осуществляет учитель физической культуры Рыбалкина Татьяна Александровна.

#### **III. Место и сроки**

Соревнования проводятся в спортивном зале школы.

#### **IV. Участники, требования к участникам**

К участию в соревнованиях допускаются учащиеся 1-4 классов. Состав команды 8 человек, из них 4 мальчика и 4 девочки.

#### **V. Заявка**

Физорг класса или капитан команды подает заявку учителю физической культуры, в которой указывает класс, фамилию, имя участников.

#### **VI. Программа**

«Веселые старты» включает в себя 8 заданий.

## **VII. Определение победителей**

Победитель в соревнованиях определяется по наименьшей сумме очков-мест, набранной во всех эстафетах программы "Веселые старты".

## **VIII. Обеспечение безопасности участников**

За жизнь и здоровье учащихся во время соревнований несут ответственность учитель физической культуры и классные руководители.

## **IX. Награждение**

Команды, занявшие призовые места награждаются грамотами и медалями.

## **X. Оборудование и инвентарь**

Волейбольные мячи (3), ведра (3), теннисные мячи (12), обручи (3), гимнастические палки (3), Баскетбольные мячи (3), теннисные ракетки (3), теннисные мячики (3), Фишки (9), гимнастические скамейки для болельщиков, протоколы, заявки, грамоты, воздушные шары и декорации для украшения спортивного зала, стол и стулья для жюри, свисток, секундомер.

## **Программа соревнований.**

**Ведущий:** Здравствуйте, ребяташки девчонки и мальчишки!

**Дети:** Здравствуйте!

**Ведущий:** Сегодня мы проводим осенние Олимпийские игры, и девизом наших веселых стартов будет «Быстрее, Выше, Сильнее!». Все к соревнованиям готовы?

**Дети:** Готовы!

**Ведущий:**

На спортивную площадку  
Приглашаем вас сейчас  
Праздник спорта и здоровья  
Начинается у нас.

(Выход команд под музыку)

**Ведущий:** На каждых соревнованиях присутствует жюри. Сегодня у нас в жюри: .....  
( Представление жюри)

**Ведущий:**

Дети! Слушайте сейчас  
Олимпийский мой наказ:  
Соревнуйтесь в дружбе, мире,  
Места нет у нас задире.  
Маленьких не обижать.  
Что же, можно начинать.

А теперь мы поиграем, ловких мы сейчас узнаем.

Но для этого, ребята, давайте познакомимся. Каждая команда говорит название и девиз.

**Ведущий:** Начинаем наши соревнования. Итак 1 задание, которое называется.

#### **Эстафета № 1. «Передача мяча над головой».**

Участники стоят в одну колонну и передают мяч друг другу над головой из рук в руки. Последний участник получает мяч, бежит до фишки и обратно, встает первым в колонне и передает мяч следующему и т.д. Побеждает команда, у которой капитан окажется первым.

#### **Эстафета № 2. «Каракатица».**

Первый игрок принимает положение на четвереньках сзади, по сигналу начинает передвигаться до фишки и назад, для передачи эстафеты второму номеру, и так далее.

#### **Эстафета № 3. «Сбор урожая»**

Капитану команды дается ведро с теннисными мячами. Возле стойки лежат обручи. Задача капитана добежать до обруча и рассыпать мячи. Следующий участник должен собрать все мячи и т. д. Побеждает та команда, которая первой закончит эстафету.

#### **Эстафета № 4. «Конкурс капитанов»**

Капитану команды дается обруч, он одевает его на первого участника, по команде бежит с ним до фишки, оставляет его на противоположной стороне и бежит за следующим участником. Побеждает та команда, чей капитан первым переправит всех на противоположную сторону.

#### **Эстафета № 5. «Кенгуру».**

Команда стоит в колонну по одному. Мяч находится у первого участника между коленками. Задача каждого игрока допрыгать до стены и вернуться в команду. При этом мяч терять нельзя. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

#### **Эстафета №6. «Курочка Ряба».**

У первого игрока в руках находится ракетка на ней теннисный мяч, по сигналу, игрок начинает, бежит до фишки и назад, чтобы передать эстафету.

### Эстафета № 7. «Хоккей с мячом».

У первого в руках гимнастическая палка на полу лежит баскетбольный мяч, по сигналу, игрок начинает катить мяч палкой огибает фишку, прикатывает мяч назад и передает эстафету следующему и т.д.

### Эстафета № 8 «Полоса препятствий».

Пролезть в обруч, пробежать «змейкой» вокруг фишек.

**Ведущий:** А теперь пока жюри подводит итоги, 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. (Волк и семеро козлят)
2. Как называется сказка, в которой девочка пошла, проведать больную бабушку, но по пути разговаривала с незнакомцем и из-за этого попала в беду? (Красная шапочка)
3. Как называется сказка, в которой благодаря дружной работе всей семьи удалось убрать большой урожай? (Репка)

### Загадки для зрителей:

Меня хлопали лопатой,  
Меня сделали горбатой.

Меня били, колотили,  
Ледяной водой облили,  
А потом с меня, крутой,  
Все скатилися гурьбой.

(Горка)

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)

Ног от радости не чую,  
С горки снежной вниз лечу я!  
Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом

(Лыжи)

Взял дубовых два бруска,  
Два железных полозка.

На бруски набил я планки.

Дайте снег! Готовы...

(Санки)

**Ведущий:** Вы, не зря, друзья старались

Хоть немного запыхались,

Но зато здоровый вид

И прекрасный аппетит.

- Итак, выслушаем наше жюри: ... (подведение итогов).

- Поздравляем команды! Желаем им быть сильными, ловкими, быстрыми и обязательно дружными.

- И на этой красивой ноте мы закончим наш праздник. До новых встреч!