Государственное казенное образовательное учреждение

<<Плоскошская школа-интернат>>

Сценарий спортивного мероприятия



Ответственные: Шемякина Л.Н.

Поджарова А.В.

"Веселые старты"

*1. Цели и задачи:*

* Укрепление здоровья детей
* Развитие двигательных умений, навыков и физических качеств.
* Привлечение воспитанников к занятиям физической культурой и спортом

*ХОД МЕРОПРИЯТИЯ.*

1. Вступительное слово ведущего: представление жюри, пояснение правил соревнований, правила безопасности.

2. Представление команд капитанами (название команды, приветствие жюри и сопернику).

 Разминка

Команды по очереди отгадывают загадки:

1) Кинешь в речку, не тонет, бьёшь о стенку, не стонет,  
    Будешь оземь кидать, станет кверху летать. (*Мяч*)

2) По пустому животу бьют меня – невмоготу,  
    Метко сыплют игроки, мне ногами тумаки. (*Футбольный мяч*)

3) Когда весна берёт своё, и ручейки бегут звеня,  
    Я прыгаю через неё, ну а она через меня. (*Скакалка*)

4) Когда с тобою этот друг, ты можешь без дорог,  
    Шагать на север и на юг, на запад и восток. (*Компас*)

5) Бегу при помощи двух ног, пока сидит на мне ездок.  
    Мои рога в его руках, а быстрота в его ногах.  
    Устойчив лишь я на бегу, стоять секунды не могу. (*Велосипед*)

6) Сижу верхом не на коне, а у туриста на спине. (*Рюкзак*)

  Переноска трёх мячей

 Направляющий переносит баскетбольный, футбольный, волейбольный мячи любым способом, затем передаёт их следующему, в случае падения мячей, собирает их и с того же места продолжает движение)

  Эстафета с препятствиями

 участник добегает до препятствий, проползает под ними, затем бежит назад для передачи эстафеты)

Конкурс самый сильный

участвует один человек от каждой команды. Его задача как можно больше раз отжаться от пола.

Конкурс капитанов

Задача капитана попасть в баскетбольное кольцо. 5 попыток.

Перетягивание каната

 Каждая команда вместе со своими болельщиками перетягивает команду соперников.

Бег в мешках

 эстафета проводится встречно, половина команды становится перед своей командой на расстоянии 6-8 метров, первый участник становится в мешок и прыгает или бежит на другую сторону, второй участник таким же образом возвращается, эстафета заканчивается, когда все участники поменяются местами, побеждает команда, выполнившая задание первой с наименьшим количеством ошибок.

Бег  со скакалкой

Прыжки до ориентира и обратно. Побеждает команда, выполнившая задание первой.

Самый меткий

Капитаны команд стоят на расстоянии от своих команд, лицом к ним, в руках у каждого обруч. Игроки по очереди пытаются попасть в обруч мячом.

Подведение итогов соревнований.

И в заключении, мы предлагаем вам поиграть в лапту.

