

МКОУ «Харанжинская СОШ»

**Разработка спортивного мероприятия  
между учащимися  
5-6 классов  
«Веселые старты»**

Составил: Чепиль М.Г.  
учитель физической культуры

п. Харанжино  
2019 год.

**Цель:**

- Пропаганда здорового образа жизни.
- Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой.
- Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.
- Привлечение их к систематическим занятиям подвижными играми;
- Пропаганда спорта, как альтернативы негативным привычкам.

**Инвентарь:** волейбольные мячи, баскетбольные мячи, маленькие мячи, скакалки, обручи, спортивные гимнастические 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 5 и 6 классов нашей школы, а также многочисленные болельщики команд. А собрались мы, 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!

(Звучит песня «»).

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

1. Посмотрите-ка, сейчас  
Две команды есть у нас!
2. Все хотят соревноваться  
Пошутить и посмеяться,  
Силу ловкость показать  
И сноровку доказать.
3. С нами и учительницы-  
Классные руководительницы.
4. Чтобы провести соревнование  
Вам нужен опытный судья  
Такое видно уж призвание-  
Судьей, конечно, буду я!
5. И еще хочу добавить  
И арбитров вам представить:  
(представление арбитров)

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 ленивы ,  
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.

**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.

Все, кто активен и кто не ленится,

Могут со спортом легко подружиться

## **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.** 4 обруча разложены один за другим. Бегут к обручам, берут его двумя руками, поднимают над головой и пролезают через него. Обруч кладут на место и бегут к следующему обручу. Обрато возвращаются бегом 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 разговаривала 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 скатилися гурьбой.

##### **(Горка)**

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

##### **(Льжи)**

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	Обручи		

Составитель: Чепиль М.Г.  
2019 г