

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
ЦРТДиЮ «Полярис»

Методическая разработка

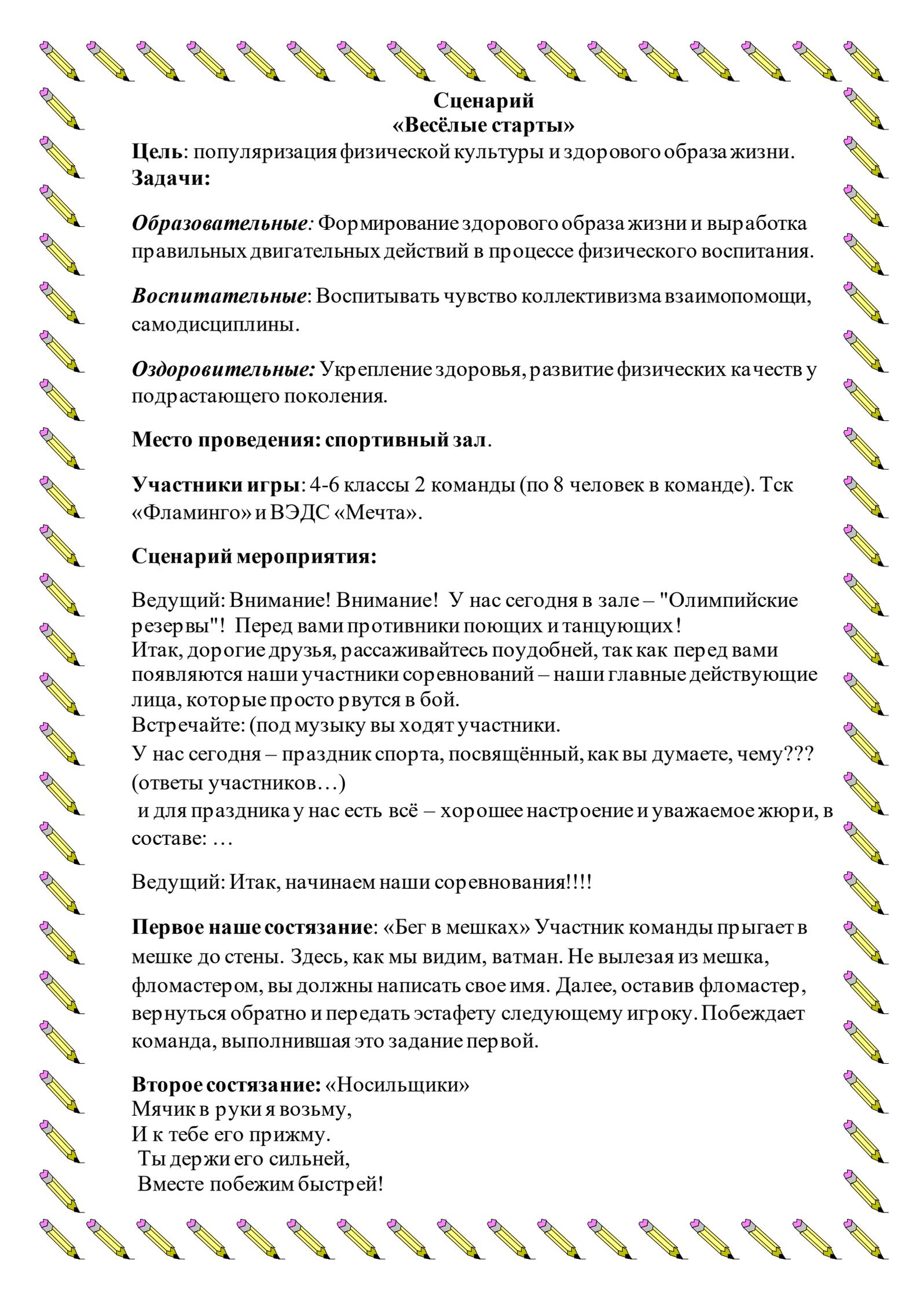
Тема «Весёлые старты»

(к декаде «SOS»)

Карбанова Марина Владимировна
педагог дополнительного образования
ЦРТДиЮ «Полярис»

г. Мончегорск

2023г



Сценарий «Весёлые старты»

Цель: популяризация физической культуры и здорового образа жизни.

Задачи:

Образовательные: Формирование здорового образа жизни и выработка правильных двигательных действий в процессе физического воспитания.

Воспитательные: Воспитывать чувство коллективизма взаимопомощи, самодисциплины.

Оздоровительные: Укрепление здоровья, развитие физических качеств у подрастающего поколения.

Место проведения: спортивный зал.

Участники игры: 4-6 классы 2 команды (по 8 человек в команде). Тск «Фламинго» и ВЭДС «Мечта».

Сценарий мероприятия:

Ведущий: Внимание! Внимание! У нас сегодня в зале – "Олимпийские резервы"! Перед вами противники поющих и танцующих!

Итак, дорогие друзья, рассаживайтесь поудобней, так как перед вами появляются наши участники соревнований – наши главные действующие лица, которые просто рвутся в бой.

Встречайте: (под музыку вы ходят участники.

У нас сегодня – праздник спорта, посвящённый, как вы думаете, чему???)
(ответы участников...)

и для праздника у нас есть всё – хорошее настроение и уважаемое жюри, в составе: ...

Ведущий: Итак, начинаем наши соревнования!!!!

Первое наше состязание: «Бег в мешках» Участник команды прыгает в мешке до стены. Здесь, как мы видим, ватман. Не вылезая из мешка, фломастером, вы должны написать свое имя. Далее, оставив фломастер, вернуться обратно и передать эстафету следующему игроку. Побеждает команда, выполнившая это задание первой.

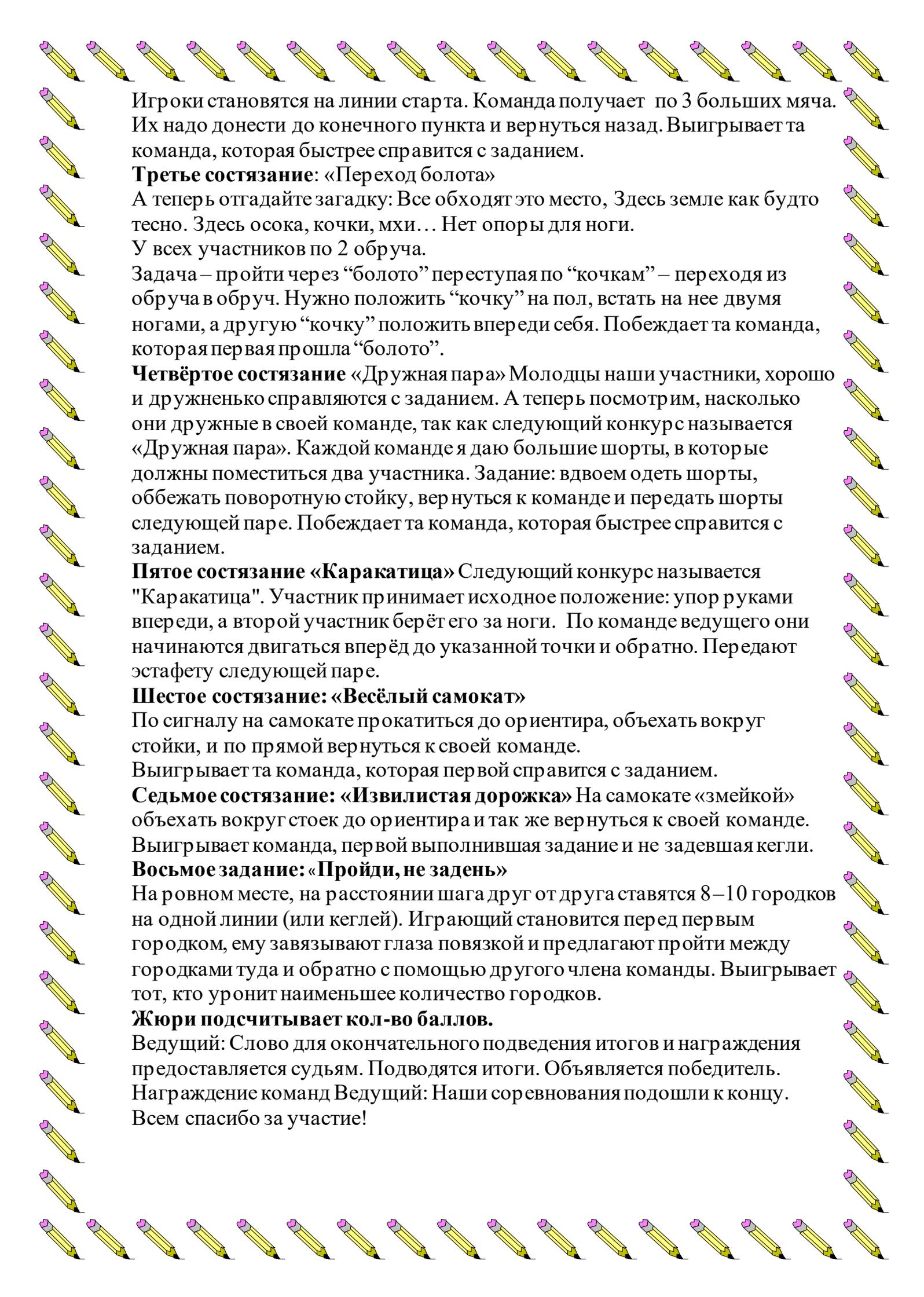
Второе состязание: «Носильщики»

Мячик в руки я возьму,

И к тебе его прижму.

Ты держи его сильнее,

Вместе побежим быстрее!



Игроки становятся на линии старта. Команда получает по 3 больших мяча. Их надо донести до конечного пункта и вернуться назад. Выигрывает та команда, которая быстрее справится с заданием.

Третье состязание: «Переход болота»

А теперь отгадайте загадку: Все обходят это место, Здесь земле как будто тесно. Здесь осока, кочки, мхи... Нет опоры для ноги.

У всех участников по 2 обруча.

Задача – пройти через “болото” переступая по “кочкам” – переходя из обруча в обруч. Нужно положить “кочку” на пол, встать на нее двумя ногами, а другую “кочку” положить впереди себя. Побеждает та команда, которая первая прошла “болото”.

Четвёртое состязание «Дружная пара» Молодцы наши участники, хорошо и друженько справляются с заданием. А теперь посмотрим, насколько они дружные в своей команде, так как следующий конкурс называется «Дружная пара». Каждой команде я даю большие шорты, в которые должны поместиться два участника. Задание: вдвоем одеть шорты, оббежать поворотную стойку, вернуться к команде и передать шорты следующей паре. Побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием.

Пятое состязание «Каракатица» Следующий конкурс называется "Каракатица". Участник принимает исходное положение: упор руками впереди, а второй участник берёт его за ноги. По команде ведущего они начинают двигаться вперёд до указанной точки и обратно. Передают эстафету следующей паре.

Шестое состязание: «Весёлый самокат»

По сигналу на самокате прокатиться до ориентира, объехать вокруг стойки, и по прямой вернуться к своей команде.

Выигрывает та команда, которая первой справится с заданием.

Седьмое состязание: «Извилистая дорожка» На самокате «змейкой» объехать вокруг стоек до ориентира и так же вернуться к своей команде. Выигрывает команда, первой выполнившая задание и не задевшая кегли.

Восьмое задание: «Пройди, не задень»

На ровном месте, на расстоянии шага друг от друга ставятся 8–10 городков на одной линии (или кеглей). Играющий становится перед первым городком, ему завязывают глаза повязкой и предлагают пройти между городками туда и обратно с помощью другого члена команды. Выигрывает тот, кто уронит наименьшее количество городков.

Жюри подсчитывает кол-во баллов.

Ведущий: Слово для окончательного подведения итогов и награждения предоставляется судьям. Подводятся итоги. Объявляется победитель.

Награждение команд Ведущий: Наши соревнования подошли к концу.

Всем спасибо за участие!