

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр развития творчества детей и юношества «Полярис»

**СПОРТИВНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ  
«В ДРУЖБЕ НАША СИЛА»**



Авторы - составители:  
**Петренко Никита Николаевич**  
педагог дополнительного образования МБУ ДО ЦРТДиЮ «Полярис»  
**Петренко Елена Николаевна**  
методист МБУ ДО ЦРТДиЮ «Полярис»

Контактный телефон: 8-921-033-16-55

Мончегорск, 2024

Спортивное мероприятие посвящено пропаганде здорового образа жизни детей.

Форма проведения спортивного мероприятия: «Весёлые старты», представленные в виде спортивных эстафет.

### **Введение**

Дети любят соревноваться. Для них эстафеты – лучший способ показать свои способности и доказать себе и другим, что они сильные, ловкие и умелые. К тому же, эстафеты развивают оперативное мышление, внимание, скорость реакции, навыки командной работы, чувство взаимовыручки и ответственности. Ну и это, конечно же, весело. После соревнований у детей приподнятое настроение и желание двигаться дальше – получить ещё одно доказательство своих умений.

### **Цели и задачи мероприятия:**

- профилактика негативных правонарушений;
- укрепление взаимопонимания между детьми;
- укрепление здоровья и развитие физических качеств;
- популяризация здорового образа жизни;

**Участники программы:** учащиеся 3-4 классов.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Продолжительность:** 45 минут.

## Инвентарь на две команды:

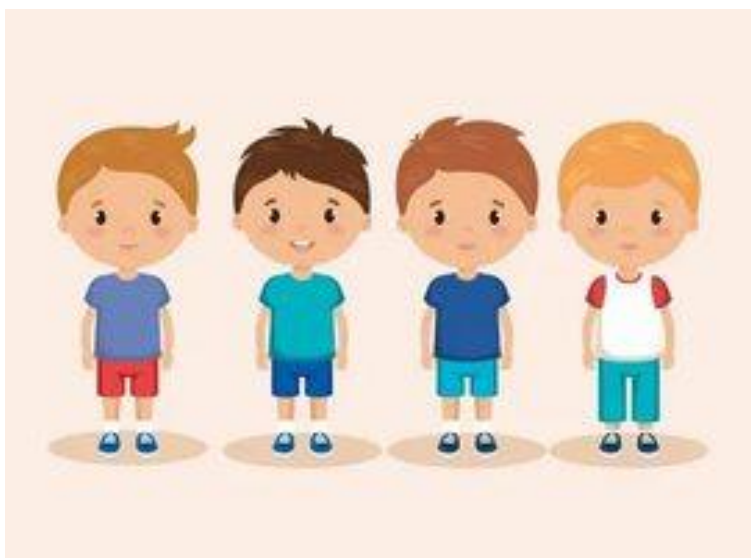
Название	Количество
ведро	2 шт.
конус большой	4 шт.
лист бумаги	2 шт.
маркер	2 шт.
мелкий инвентарь /кегли, кубики, мячи/	10 шт.
обруч	2 шт.
столик маленький	2 шт.
игровой набор «Пицца»	2 шт.
фетровая Ёлочка с игрушками	2 шт.
воздушный шарик	2 шт.
ленточка	2 шт.
ложечка	2 шт.
тарелочка	2 шт.
тазик	2 шт.



## ПРОГРАММА МЕРОПРИЯТИЯ

Перед началом мероприятия провести общую разминку под музыку. Разделить учащихся на две команды и построит в две колонны. Педагог приветствует команды, объясняет и показывает эстафеты. Учащиеся выполняют эстафеты под весёлые музыкальные произведения.

### Эстафета № 1 – «Чья команда быстрее соберётся»



Команды построены в колонны по одному. По сигналу команды выстраиваются в шеренгу по росту. Побеждает команда, завершившая эстафету раньше других.

### Эстафета № 2 – «Моё имя»



Команды построены в колонны по одному. В руках у первого – маркер. По сигналу первый участник передвигается бегом до стены, на которой висит лист бумаги, пишет своё имя /коротко/ и возвращается к команде. Передаёт маркер следующему. Остальные участники выполняют тоже. Побеждает команда, завершившая эстафету раньше других.

### Эстафета № 3 – «Вместе готовим пиццу»



Команды построены в колонны по одному. По команде первый участник берёт из ведёрка один фрагмент игрушечной пиццы и бежит до ориентира /маленький столик/ кладёт фрагмент пиццы и возвращается к команде. Остальные участники делают, тоже /собирая пиццу целиком/. Побеждает команда, завершившая эстафету раньше других.

### Эстафета № 4 – «Дружная парочка»



Команды построены в колонны по одному. По сигналу два участника продвигаются вперёд внутри обруча до ориентира, оббегают его и возвращаются к своей команде, передают обруч следующей паре. Остальные участники выполняют тоже. Побеждает команда, завершившая эстафету раньше других.

### Эстафета № 5 – «Наряжаем Ёлочку»



Команды построены в колонны по одному. По команде первый участник берёт из ведёрка одну ёлочную игрушку /мягкая из ткани/ и бежит до стены,

на которой висит Елочка с липучками, прилепляет на Ёлочку одну игрушку и возвращается к команде. Остальные участники делают, тоже, украшая Ёлочку игрушками. Побеждает команда, завершившая эстафету раньше других.

### Эстафета № 6 – «Незнайки»



Команды построены в колонны по одному. В руках у первого участника воздушный шарик. По сигналу он берёт со старта ведро, наполненное спортивными предметами /кегли, кубики, мячи/, бежит до ориентира /обруч/, выкладывает один предмет и возвращается к команде, передаёт ведро и воздушный шарик следующему. Остальные участники выполняют тоже. Побеждает команда, завершившая эстафету раньше других.

### Эстафета № 7 – «Наряди друга»



Команды построены в колонны по одному. По сигналу первый участник бежит до ориентира, где находится пояс. Берёт пояс, возвращается к команде и завязывает его на бантик на поясе у второго участника. Второй участник бежит до ориентира, оставляет пояс и возвращается к команде. Передаёт эстафету следующему. Остальные выполняют тоже. Побеждает команда, завершившая эстафету раньше других.

## Эстафета № 8 – «Рыболовы»



Команды построены в колонны по одному. В руках у первого участника ложка и тарелочка. По сигналу участник бежит до ориентира - таз, в котором плавают рыбки - спички, зачерпывает ложкой одну рыбку с водичкой и выливает в свою тарелочку. Возвращается к команде, передаёт ложку и тарелочку с уловом следующему. Остальные участники выполняют тоже. Побеждает команда, завершившая эстафету раньше других и наловив рыбу.

### Подведение итогов.

Педагог подводит итоги всех эстафет, проводит награждение всех участников программы.

### Педагог:

Если друг не смеётся,  
Ты включи ему солнце  
Ты включи ему звёзды  
Это просто.

Ты исправишь ошибку,  
Превращая в улыбку  
Все грустинки и слёзы  
Это просто.

Воскресенье, суббота,  
Дружба – это не работа,  
Дружба – это не работа.

Есть друзья, а для них  
У друзей нет выходных!

Всем участникам нашего спортивного мероприятия спасибо!

До новых встреч!

