371

***Оформление:*** *площадка оформляется цветными флажками, шарами. По краям площадки располагаются необходимые пособия: флажки на подставках, стойки для скакалок, корзины для мячей, стойки для обручей, канат для перетягивания. Необходимо музыкальное сопровождение. Дети одеты в спортивную одежду.*

***Х О Д М Е Р О П Р И Я Т И Я:***

***I. Вступительная часть.***

*Ведущий объявляет о начале летнего* *физкультурного праздника. Звучит музыка, дети входят на площадку в колонне по одному. Капитаны команд поднимают флаг.*

***Скакалка под ногами.***

Команды по 12 человека в каждой (6 мальчиков и 6 девочек) строятся вдоль линии старта в колонны по два: слева – девочки, справа – мальчики. Интервал между командами – 3 метра. Возле каждой команды находится судья-секундометрист (все судьи – учащиеся старших классов). Перед направляющими каждой колонны на линии старта положена скакалка. Позади колонн на расстоянии 1 м от замыкающей пары проведена контрольная линия (параллельно стартовой), вдоль которой также располагаются судьи (по одному на каждую команду).

Учитель дает общий старт. Судьи- секундометристы включают секундомеры. Первая пара участников берет скакалку и быстро проносит ее под ногами своих игроков до пересечения контрольной линии, чтобы вновь быть готовыми к прыжку, когда первая пара будет приносить скакалку в обратном направлении.

Вернувшись и положив скакалку на линию старта, первые участники касаются вторых, после чего быстро становятся в конец своих колонн. В игру вступает очередная пара, которая выполняет то же задание, затем третья и т.д. Эстафета заканчивается, когда последние участники, выполнив задание, займут свое место в строю.

***Хоккеисты.***

Команды (в каждой по 12 человек) строятся перед линией старта в колонны по одному. Интервал между командами – 4 метра. Перед направляющим каждой команды на линии старта положены клюшка и теннисный мяч; здесь же находится судья-секундометрист. В 20 м от линии старта обозначена контрольная линия, на которой против каждой команды установлен красный флажок. Возле каждого флажка - судья-контролер. Между стартовой и контрольной линиями расставлено 6 булав (на расстоянии 3 м друг от друга).

По команде стартера направляющие игроки каждой команды берут клюшку и мяч, обводя булавы, добегают до флажка и огибают его. После этого они бегут обратно к линии старта (так же обводя булавы). На старте они передают инвентарь очередным игрокам и становятся в конце колонны. Игра заканчивается, когда последние игроки, выполнив задание и положив мяч и клюшку на линию старта, займут свое место.

По условиям игры запрещается сбивать и пропускать булавы, стартовать до сигнала судьи. За каждую ошибку судьи начисляют команде 3 штрафные секунды.

***Чья команда дальше прыгнет?***

До начала конкурса делается разметка и проводится общая линия старта. Перпендикулярно ей обозначаются 4 параллельные линии (с интервалом 3 м). На них устанавливаются разноцветные флажки и цифровые указатели разметки, чтобы участники, судьи и зрители могли следить за ходом соревнований.

В конкурсе участвуют 2 команды классов по 12 человека в каждой (6 мальчиков и 6 девочек). Ребята строятся за линией старта в колонны по одному, каждая команда – напротив одной из параллельных линий. Впереди стоят девочки, за ними – мальчики. На линии старта возле каждой команды находится судья с красным флажком. Его задача – измерять результаты прыжков и следить за правильностью их выполнения.

По команде стартера направляющие выполняют прыжок в длину с места от стартовой линии. Судьи измеряют длину прыжка «своего» участника по пятке сзади стоящей ноги и отмечают это место красным флажком. После этого направляющий возвращается в строй и встает в конце своей колонны. Следующий участник подходит к флажку и тоже выполняет прыжок в длину с места. Соревнования заканчиваются, когда все участники выполнят по одному прыжку. Судьи подсчитывают и сообщают жюри общий итог «своей» команды, т.е. суммарное расстояние, которое ей удалось преодолеть. За каждую ошибку (прыжок с разбега, прыжок толчком одной ноги) из результатов команды вычитается 5 см.

***Кто быстрее и точнее?***

Команды по12 человека в каждой (6 мальчиков и 6 девочек) строятся за линией старта в колонны по одному. На линии старта возле каждой команды находится судья-секундометрист. Рядом с ним лежат три теннисных мяча. В 5 м от линии старта проведена контрольная линия. Здесь против каждой команды стоит судья-контролер и держит гимнастический обруч, обтянутый сеткой (для сбора мячей). Рядом с ним – помощник, который должен собирать мячи, не попавшие в сетку.

По команде учителя судьи-секундометристы включают секундомеры. Судьи-контролеры, повернувшись боком к «своей» команде, держат обручи. Направляющие каждой команды берут мячи и поочередно бросают их в обруч. Затем бегут к контрольной линии, собирают все мячи на линию старта, касаются очередного участника и встают в конец своей колонны. Вторые номера выполняют те же действия и т.д. Игра заканчивается после того, как последние участники каждой команды положат мячи на линию старта и встанут в строй. За переход линии во время метания команде начисляются 5 штрафных секунд. Судьи сообщают жюри количество попаданий, а секундометристы – чистое и штрафное время «своей» команды.

***Челночный бег.***

Команды по 12 человека (6 мальчиков и 6 девочек) строятся за линией старта в колонны по одному с интервалом по 4 метра. В 15 м от линии старта обозначена контрольная линия. На стартовой и контрольной линиях напротив каждой команды кладут красный и синий кубики. Возле каждого кубика стоит судья. По сигналу направляющие команд бегут красные кубики и бегут с ними к контрольной линии. Здесь они кладут эти кубики, берут синие и, вернувшись к линии старта, кладут за нее синие кубики. После этого они возвращаются к команде и, коснувшись руки очередного участника, встают в конец своей колонны. Участникам, стоящим вторыми, предстоит выполнить то же задание – поменять кубики местами.

Соревнования заканчиваются, когда все участники команд, выполнив задание, займут свои места.

За преждевременный старт (до касания руки следующего участника), недобегание до контрольной линии, небрежное размещение кубиков на контрольной и стартовой линиях команде начисляются 3 штрафные секунды. По окончании конкурса судьи сообщают жюри чистое и штрафное время «своей» команды. Жюри объявляет результаты конкурса и называет победителей – отдельно в каждой возрастной группе.

***Комбинированная эстафета.***

Участвуют команды по 8 человек от каждого класса (4 мальчика и 4 девочки). Интервал между командами – 3 м. Эстафета состоит из 8 этапов по 15 м. На каждом этапе обозначается линия старта. На этапах размещаются участники с соответствующим инвентарем и судьи-секундометристы. По сигналу старта включаются секундомеры.

1-й этап – девочки, бег с прыжками через скакалку; 2-й –мальчики, многоскоки; 3-й – девочки, ведение большого резинового мяча; 4-й – мальчики, бег с двумя кеглями на ладонях; 5-й – девочки, бег, с теннисным мячом на ракетке в вытянутой руке; 6-й – мальчики, обводка футбольным мячом 5 булав, расставленных через 3 м; За каждую ошибку (преждевременный старт, падение резинового или теннисного мяча, скакалки, булавы) команде начисляются 3 штрафные секунды.

Состязания окончены. Пока жюри занято общим подведением итогов, команды строятся на поле стадиона (спортивной площадки). Зрители бурно приветствуют юных спортсменов. Многие одержали свою первую победу. Жюри объявляет результаты. Победителям и призерам праздника «Веселые старты» вручаются призы, всем участникам – памятные медали. Под звуки спортивного марша ребята покидают поле стадиона (спортивной площадки).

***Сколько смог унести***

За одной линией лежат 8-10 набивных или каких-либо других мячей. Задача игрока – взять и перенести за другую линию (в десяти шагах) как можно больше мячей, удерживая их в руках, зажимая между ног, у подбородка и т.д. Никакими подсобными средствами пользоваться нельзя. Запрещается оказывать играющему и любую помощь.

***Бег с ракетками***

Игрок в обеих руках держит по деревянной ракетке. На ракетках находятся по два теннисных мяча или по две спичечных коробки, поставленные друг на друга. Задача играющего – забежать за ограничительную линию и вернуться обратно, не уронив с ракеток поставленных предметов. Вначале можно проводить игру с одной ракеткой.

***Слепой футболист***

В начерченный на земле круг кладется мяч, в 6 шагах от него за ограничительной линией становится игрок. Ему завязывают глаза. Игрок поворачивается кругом на 360 градусов, стараясь снова оказаться лицом к мячу. Он должен подойти к мячу и ударить по нему ногой.

***Скользкая цель***

В шести шагах от ограничительной линии ставят табуретку. В руках у играющего четыре небольших мешочка, набитых песком ли горохом (вес 120-150 г). Задача игроков – бросать мешочки так, чтобы они остались лежать на табуретке. Сделать это нелегко, так как мешочки соскальзывают с табуретки на землю.

***Накинь кольцо***

Кольца диаметром 20 см (из ивовых сырых прутьев или полиэтилена) набрасывают на ножки перевернутого стула, вбитые в землю колышки или на руку игрока, стоящего в 5-7 шагах от бросающего. Выигрывает тот, кто сумеет послать в цель большее число колец.

***IV. Подведение итогов.***

*Судья объявляет результаты соревнований, называет команду-победителя. Победившая команда совершает круг почёта, болельщики приветствуют победителя.*