Сценарий спортивного праздника

«Веселые старты» 3 кл

1. Цели и задачи.

* Вовлечь младших школьников в регулярные занятия физической культурой и спортом;
* Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой.
* Определение сильнейшего класса.

2. Участники соревнований.

* В соревнованиях принимают участие школьники 3-х классов. Состав команды: 8 мальчиков, 8 девочек.

3. Место проведения соревнований.

* Спортзал школы

4. Определение победителей.

* Команда-победительница определяется по наименьшей сумме очков, полученных за все эстафеты. В случае равенства очков у 2-х команд, победителем считается команда, у которой больше призовых мест.

5. Награждение.

* Команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами соответствующих степеней.

Программа соревнований.

1. «Бег с эстафетной палочкой»

Команда строится в колонну по одному за линией старта. По сигналу судьи участник, с палочкой в руке, бежит и оббегает вокруг стоек, которые стоят на средней, центральной, средней и лицевой линии в/б площадки. Бежит дальше и оббегает последнюю стойку, после чего возвращается обратно бегом по прямой к линии старта, оббегает команду и передает палочку следующему участнику.

1. «Коромысло»

Команда строится в колонну по одному за линией старта. У первого участника на плече «коромысло», изготовленное из гимнастической палки, на концах которой привязаны в сеточках набивные мячи (1кг). По сигналу судьи участник с «коромыслом» на плече бежит, оббегая стойку (змейкой), которые находятся на средней, центральной, средней и лицевой линии в/б площадки. Обратно бегом по прямой до линии старта, оббегает команду и передает «коромысло» следующему.

1. «Посадка овощей».

Команда строится в колонну по одному за линией старта. У первого участника в руках мешочек с кубиками, условно обозначающими овощи (лук, свекла, морковь, картофель). По сигналу участник с «овощами» бежит и раскладывает их в соответствующие кружки, после чего возвращается обратно бегом по прямой. Второй участник бежит и собирает овощи в мешочек и предает третьему участнику и т.д. Все участники должны оббегать команду.

1. «Веселые носильщики»

Команда строится парами (мальчик с девочкой). На линии старта лежат 3 Б\Б мяча (немного спущенных). У первой пары в руках две палки. По сигналу судьи первая пара зажимает палками один мяч и бегом переносит его на линию в 3 метрах от старта, опускает мяч в обруч и бежит обратно за вторым мячом. Второй мяч тем же образом несется до середины площадки, там пара кладет его в обруч и бежит за третьим мячом. Третий мяч несут до средней линии в/б площадки, кладут в обруч, оббегают стойку, стоящую на линии и обратно бегом по прямой, передают палку следующей паре и становятся в конец колонны. Вторая пара мячи носит с последнего мяча.

1. «Преодоление препятствий»

Команда строится в колонну по одному за линией старта. По сигналу судьи первый участник добегает до первого барьера и пролезает под ним, затем, через один метр стоит второй барьер, который надо перепрыгнуть. Третии и четвертый барьеры преодолеваются также, как первый и второй барьеры. Пролезает через обруч и бежит дальше. Пятый, шестой, седьмой, восьмой барьеры преодолеваются также, как предыдущие четыре. Оббегает поворотную фишку и возвращается по прямой, оббегает команду и предает эстафету следующему участнику.

1. «Комбинированная эстафета»

Команда строится в колонну по одному за линией старта. По сигналу судьи первый участник, который лежит на скамейке, подтягиваясь, ползет по ней и касается ее края, затем бежит до середины площадки, где лежит обруч, продевает его через себя и сразу же делает кувырок вперед (на гимнастическом мате). Далее проползает под барьером (высота 50 см), оббегает стойку, стоящую на лицевой линии и обратно бегом по прямой к линии старта, оббегает команду и передает эстафету касанием руки.