**З В Е З Д Н О Е П У Т Е Ш Е С Т В И Е**

Соревновательно – игровая программа для учащихся 2 – 3 классов .

Цель: привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Задачи: способствовать развитию физических качеств, воспитывать доброжелательное отношение друг к другу, взаимовыручку, формирование чувство удовлетворения от занятий физической культурой.

Инвентарь: мячи, обручи, секундомер, кегли, мишени, коробки, стенд.

Продолжительность: 45 минут.

 ***Ход программы***

Ведущий: « Здравствуйте ребята! Сегодня зал превратиться в космодром, а мы будем космонавтами и отправимся в путешествия по другим планетам. Ракеты у нас не большие, а значит, нам нужно создать несколько экипажей для полета (учащиеся рассчитываются на 1 – 3). К путешествию готовы?»

Дети: « Да».

Ведущий: «Встанем в круг и возьмемся за руки перед полетом».

Дети ходят по кругу со словами –

 Ждут нас быстрые ракеты для движения по планетам

 На какую захотим на такую полетим.

Ведущий: «Экипажи по ракетам ! Поехали!»

Дети встают в обручи лицом в центр, берутся за руки.(выполняется дыхательная гимнастика)

Ведущий: «Экипажи приземлились на планету « Подражайка».

Ходьба в колонне с заданием: « Кошка на охоте», « Медведь», « Пингвин».

Прыжки: « Зайчик», « Лягушка», « Мяч».

Бег: « Лошадка в цирке», « Мышка», « Змейка».

ОРУ с мячами.

Награждение экипажей за лучшее выполнение задания.

Ведущий: « А сейчас мы с вами отправимся на другую планету. Экипажи по ракетам! Поехали!

Дети выполняют дыхательную гимнастику в « ракетах».

Ведущий: « Наши ракеты совершили посадку на планете « Выбивайка».

Игра : « Охотники и звери».

Дети изображают зверей. Один экипаж становится в круги, изображенные на противоположных сторонах площадки – они охотники. В руках у каждого охотника мяч. Дети бегают по всей площадке .По сигналу учителя: «Охотник!» - дети останавливаются и замирают, а охотники «стреляют» .» Зверей», которых удалось « подстрелить», охотники отводят в свой дом. Игра продолжается 1 минуту и охотниками становится другой экипаж. ( Охотники бросают мяч в ноги детей с места, не выходя из своего круга)

Награждение самого меткого экипажа.

Ведущий: « Экипажи по ракетам! Поехали!»

Дети встают в ракеты. Выполнение дыхательной гимнастики.

Ведущий: « Наши ракеты приближаются к планете « Побеждайка». Приготовится к посадке.

Экипажи соревнуются в эстафетных играх.

*1 эстафета: « Челнок».*

У указателей напротив команд лежат по два набивных мяча. По сигналу первые номера команд бегут к указателям, берут один мяч и переносят его к другому указателю ( расстояние между указателями четыре метра). Затем быстро возвращаются за вторым мячом и переносят его к указателю. Оставив второй мяч у указателя, возвращается к команде и передает эстафету ( рукой) второму участнику. Второй игрок переносит мячи по одному в обратном направлении и т.д. Выигрывает команда , закончившая первой эстафету.

*2 эстафета: « Перекати поле».*

У первых номеров команд в руках мяч, по сигналу игроки опускают мяч на пол и катят его до стойки – указателя обводят стойку и возвращаются к команде продолжая катить мяч. Передают мяч второму игроку и эстафета продолжается. Выигрывает команда, закончившая первой эстафету.

*3 эстафета: « С мячом в руках».*

У первых номеров команд в руках мяч, по сигналу игроки бегут с мячом в руках до стойки – указателя обегаю стойку и возвращаются к команде .Второй игрок получив мяч выполняет тоже задание и т. д. Выигрывает команда, закончившая первой эстафету.

*4 эстафета: « Переда мяча над головой».*

Команды стоят в колоннах, у направляющих в руках мяч. По сигналу первый игрок передает мяч второму игроку над головой, второй получив мяч, передает его следующему игроку над головой и т.д. последний игрок, получив мяч, бежит вперед, встает впереди колонны и эстафета продолжается. Эстафета считается оконченной, когда первый игрок опять станет первым.

Выигрывает команда, закончившая первой эстафету.

*5 эстафета : « Змейка под руками».*

Команды стоят в колонны по одному, руки у всех лежат на плечах впереди стоящего игрока. По сигналу последний участник обегает каждого впереди стоящего змейкой под вытянутыми руками, встает первым в колонне и поднимает руки вверх. Следующий, стоящий последним в колонне. Продолжает эстафету, выполняя те же действия и т.д. Эстафета продолжается до тех пор. Когда первый снова окажется первым. Выигрывает команда, закончившая эстафету первой.

Подведение итогов по эстафетам.

Ведущий: « А мы продолжаем наше путешествие. Экипаж по ракетам!».

Дети встают в ракеты .Выполняется дыхательная гимнастика.

Ведущий: « Мы произвели посадку на планету « Отгадайка».

Дети отгадывают ребусы на спортивную тематику.

Подведение итогов на планете « Отгадайка».

Ведущий: « Наше время заканчивается. Нам необходимо вернуться на наш космодром. Экипажи по ракетам! Поехали!»

Дети занимают места в своих ракетах.

Ведущий: «До приземления ракет осталось две секунды – 1,2.Стоп машины».

*Построение учащихся. Подведение итогов « Звездного путешествия». Награждение экипажа победителя.*