**Сценарий внеклассного спортивного мероприятия.**

**Тема:** весёлые старты на лыжах

**Классы**: 1-4

**Цель:** обеспечение активного отдыха, снятие накопления усталости в течение дня, пропаганда здороого образа жизни.

**Задачи:**

1. Обучение технике выполнения попеременного двужшахного хода
2. Совершенствование техники выполнения скользящего шага
3. Развитие скорости, координации

**Место проведения:** спортивная площадка

**Инвентарь:** свисток, лыжи, палки, стойки, гимнастические палки

**Правила:** За победу в каждой эстафете команда получает 1 балл, за второе место – 2 балла и т.д. За каждого недостающего игрока команда получает 1 штрафной балл однократно. За плохое поведение команда также наказывается штрафным баллом. Победитель в общем зачёте определяется по наименьшей сумме баллов. Судья – учитель или ученик более старшего класса.

**Сценарий:**

Построение

Разминка

Эстафеты

Подведение итогов

Награждение

**Протокол соревнований**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Название эстафеты** | **Классы** | | | |
| **1а** | **1б** | **2а** | **2б** |
| **1** | **Скользящий шаг без палок** |  |  |  |  |
| **2** | **Самокат** |  |  |  |  |
| **3** | **Слалом** |  |  |  |  |
| **4** | **Лесенка** |  |  |  |  |
| **5** | **Бег в парах** |  |  |  |  |
| **6** | **Попеременный двхшажный ход с палками** |  |  |  |  |
|  | **Итоговый результат:** |  |  |  |  |
|  | **Место:** |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание эстафет, игр, аттракционнов, заданий | Графическое изображение |
| 1. Скользящий шаг без палок (По сигналу ведущего первые номера направляются к контрольной стойке, расположенной в 15 м от линии старта, обегают ее, возвращаются к своим командам и передают эстафету вторым номерам, и т.д. Побеждает команда, которая закончит эстафету первой.) 2. Самокат (То же, но двигаться надо на одной ноге, толкаясь другой как на самокате. До стойки скользить на правой ноге, обежать стойку, обратно – на левой. Побеждает команда, которая закончит эстафету первой.) 3. Слалом (То же, но по пути до разворотной стойки и обратно участники передвигаются «змейкой» между четырьмя конусами, расположенными на расстоянии 3 м один от другого. Побеждает команда, которая закончит эстафету первой.) 4. Лесенка (По сигналу ведущего первые номера идут приставным шагом правым боков до контрольной стойки, обходят её любым способом, возвращаются левым боком и передают эстафету следующему. Побеждает команда, которая закончит эстафету первой.) 5. Бег в парах (Держась за гимнастическую палку, до разворотной стойки и обратно. Затем первые пары передают эстафету вторым. Побеждает команда, которая закончит эстафету первой.) 6. Попеременный двухшажный ход с палками (По сигналу ведущего первые номера направляются к контрольной стойке, расположенной в 15 м от линии старта, обегают ее, возвращаются к своим командам и передают эстафету вторым номерам, и т.д. Побеждает команда, которая закончит эстафету первой.) |  |

|  |
| --- |
|  |