**Сценарий "Веселые старты"**

**Цели:**

Формирование активной позиции ,Общение

Коррекция эмоционального общение

Воспитывать дружный коллектив

**Ход.**

**1.Организационный момент.**

**«Веселые старты»**, участвуя в котором вы ребята должны понять: чтобы завоевать победу, мало быть просто физически сильным. Необходимо при этом обладать достаточной целеустремленностью, силой воли, быть организованным и собранным, ловким и находчивым.

**2.Сообщение темы.**

Ребята кто был внимательным. Я называла тему нашего занятия ,кто может мне назвать её

**3.Подготовительная часть.**

Приглашаю команды. жюри у нас будет сегодня Ирина Александровна. Желает командам проявить максимум своих способностей и возможностей и завоевать победу в честном поединке.

**1. Разминка:** каждая из команд защищает свою эмблему девизом и обращается с кратким приветствием к сопернику. (Ниже приводятся примерные названия, девизы и приветствия команд.)

**Команда: «Энергия»**

Девиз: «Только вперед и только вместе. Энергии в нас процентов на двести!»

Обращение-приветствие команде соперников:

«Желаем на подходе к финишу не растерять весь свой оптимизм!»

 **Команда «Оптимисты»**
Девиз: «Девиз наш прост – нас не обойти, хоть на полметра, но мы впереди!»

Обращение-приветствие команде соперников:

«Энергии  на  двести,  когда  все  вы  вместе. Но стоит выбыть одному – все шансы сводятся к нулю. Пусть ваше количество не перекроет ваше качество!..»

**4.Основная часть.**

1. Построегние.
2. Релаксационные упражнения. Создаем хорошее настроение:"Улыбнитесь!" "Скажите добрые слова друг другу".Выполняем упражнение Стойка-ноги врозь, руки за спиной;1-поворот головы направо, со звуком "ЬУ - ЬУУ!"; 2-и.п.3-4-тоже влево.

|  |  |
| --- | --- |
| Упражнения в ходьбе. "Муравей". Ходьба с касанием носка пяткой  |  |
| -"Листочки". Ходьба по прямой линии, носки врозь |  |
| -"Стерх". Ходьба с высоким подниманием колена вверх, одновременно плавно помахивая руками.Следить за правильной осанкой, положением рук и постановкой стоп. |  |
| 2. Беговые упражнения.  |  |
| И так начинаем наши старты. |  |

Командам выдается по мешку. По сигналу первые члены команды должны залезть в свой мешок и допрыгать до «назвать своё имя: «Коля». Далее, соревнующийся должен развернуться и быстро доскакать в мешке до своей команды, вылезти из мешка и передать его следующему игроку. Тот влезает в мешок и скачет в нем к «горе», называет свое имя и возвращается тем же способом…

Побеждает та команда, которая первой завершит «процедуру личного представления».

Пока жюри подводит итоги первых двух этапов соревнования, ведущий загадывает каждой команде загадки, что может заполнить паузу.

**"Веселые старты"** продолжаются...

**Загадки команде «Энергия»:**

1. Как на языке спортсменов будет называться начало спортивных соревнований? (Старт.)

2. Этот конь не ест овса,
Вместо ног – два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем,
Только лучше правь рулем…   (Велосипед.)

3. Мы – проворные сестрицы,
Быстро бегать мастерицы.
В дождь – лежим,
В снег – бежим,
Уж такой у нас режим…  (Лыжи.)

Загадки команде «Оптимист»:

1. Как на языке спортсменов называется конец спортивных соревнований? (Финиш.)

2. Есть, ребята, у меня
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих,
Что за кони у меня?  (Коньки.)

3. Зеленый луг,
Сто скамеек вокруг,
От ворот до ворот
Бойко бегает народ...  (Стадион.)

 Жюри озвучивает итоги предыдущих двух заданий.

**3. Коллективный забег сороконожек** – предстоящий забег необычен тем, что в нем участвует вся команда. Обхватив впереди стоящего игрока руками за талию, бегут за ведущим до назначенного места, например, той же импровизированной горы. Обегают ее и возвращаются назад. Очень важно при этом не столкнуться лбами с командой соперников и не споткнуться и не устроить «кучу малу».

Та команда сороконожек, которая без промедления и заминок обойдет «гору» и вернется первой назад, на исходную позицию, считается по праву победительницей.

Ведущий вместе с болельщиками может подбадривать отстающих игроков репликами примерно такого содержания:

Быстрей, быстрей, сороконожки,
До финиша еще немножко!..

                Или:

Сороконожка, шевелись,
Еще рывочек… подтянись!..

**4. Конкурс капитанов** заключается в следующем: пока остальные члены команд отдыхают от утомительного забега, капитаны готовятся к новому виду состязания.

Капитаты должны надуть шарик, завязать его узлом и передать через голову.

**5. «Мячики-скакалки»** – задание заключается в следующем: впереди стоящие игроки команд по сигналу должны допрыгать с мячиком, зажатым щиколотками ног, до финиша; поменять мяч на прыгалку и вернуться к команде, передвигаясь прыжками через прыгалку. Следующие игроки команд принимают эстафету и прыгают до финиша через скакалку. Далее меняют ее на мяч и возвращаются с мячом, зажатым между щиколоток. Побеждает команда, первой справившаяся с заданием.

Ведущий подает сигнал началу соревнования четверостишием, последние слова которого означают начало старта:

Раз, два, три, четыре, пять,
Будем мы с тобой играть
В мяч веселый, озорной,
Покатились же, не стой!..

Во время жюри и подведения итогов соревнования

Сами ребята задают вопросы про спорт?.

**6. Эстафета с мячом** – состязание заключается в следующем: команды строятся в ряд. Первые игроки передают мяч следующим до тех пор, пока он не попадет к последним. Последние игроки, обегая каждый свою цепочку, становятся во главе своих команд и передают мяч к игрокам, стоящим за ними. Мяч вновь попадает последнему игроку цепочки, который также должен ее обежать и стать во главе команды и так далее.

Выигрывает   та   команда,   игроки  которой  раньше  поменялись местами.

**7. Эстафета с бегом** – один из игроков каждой команды придерживает вертикально стоящий на земле обруч. По сигналу остальные игроки команды должны проскочить сквозь обруч. Команда, быстрее справившаяся с заданием, считается победителем.

Жюри оценивает последнее задание и подводит общий итог соревнований.

А мы с вами пока поиграем в игру.

Игра

* Если согласны, говорите хором: «Это я, это я, это все мои друзья!»

Если не согласны – молчите.

* Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов?
* Это я, это я, это все мои друзья.
* Кто не хочет быть здоровым,  Бодрым, стройным и веселым?
* Кто из вас не ходит хмурый,  Любит спорт и физкультуру?
* Кто мороза не боится,  На коньках летит, как птица?
* Ну а кто начнет обед  С жвачки импортной, конфет?
* Кто же любит помидоры, Фрукты, овощи, лимоны?
* Кто поел и чистит зубки  Ежедневно дважды в сутки?
* Кто из вас, из малышей,  Ходит грязный до ушей?
* Кто, согласно распорядку  Выполняет физзарядку?
* 6.Заключительная часть.

Все в затылок подравнялись
На носочки приподнялись.
И знакомою тропой
В лес отправились гурьбой. (Ходьба на носках)

Только в лес мы все зашли,
Появились комары.
Руки вверх – хлопок рукой.
Руки вниз – хлопок другой.

По тропинке вновь шагаем.
Вдруг ручей в пути встречаем.
Неужели поворот?
Нет, пройдем речушку вброд.(ходьба с высоким поднимаем колена).

Дальше по лесу шагаем.
И медведя мы встречаем.
Руки за спину кладем,
И вразвалочку идем. (ходьба на внешней стороне стопы)

**7.Подведение итогов. Награждение команд. «Благодарность»**

Всем спасибо за вниманье,

За задор и звонкий смех.

За азарт соревнованья

Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим мы «До свиданья,

До спортивных, новых встреч!

 Вот и закончился наш спортивный час . Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!