**« ДЛЯ**

**МИЛЫХ**

**ДАМ»**

**Веселые старты, посвященные Международному Женскому Дню 8 МАРТА.**

**Учитель физической культуры**

**МОУ «Средняя школа №13».**

**Платонова Л.А.**

**г. Кимры,**

**Тверской области**

1. **«Серпантин»** (По сигналу участники команды обегают кегли, поставленные на расстоянии 1 метра друг от друга, добегают до обруча, пролезают в него, бегут обратно по прямой, передают эстафету).
2. **« На крыльях любви»** (Пройти до препятствия иобратно, держа на ладонях листы бумаги, руки вытянуты в стороны, на голове мешочек с песком).
3. **«Перекати поле»** (Бежать спиной вперед и с помощью обруча катить б/мяч до ограничительного знака и обратно).
4. **«Дружба»** (Удерживая лбами большой надувной мяч и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре).
5. **Конкурс капитанов** ( Кто больше набьет ударов теннисной ракеткой).
6. **«Гонка шаров»** (С помощью бадминтонной ракетки переправить воздушный шарик до ориентира и обратно).
7. **« Тоннель»** (По сигналу пролезть в тоннель, добежать до ориентира, нарисовать плакат к празднику 8 Марта, вернуться бегом назад).
8. **« Кочки- комочки»** (На квадрате матов лежат воздушные шары, лопнуть шар без помощи рук, руки завязаны спереди).
9. **« Гонка мячей»** (Передача мячей в колоннах, поочередно из обруча в обруч).
10. **«Конфетки- бараночки»** (Съесть без помощи рук баранку. подвязанную на веревке. без помощи рук).
11. **« На ковре самолете»** (Участникам предоставляется возможность побывать в роли «Царевны-лягушки», по сигналу три человека добегают до ориентира. сажают на ковер самолет «царевну-лягушку» и везут ее обратно во дворец; далее пересаживается следующая тройка с царевной и т.д.)
12. **« Прыг-скок»** ( Прыжки на фитнес шарах до ориентира и обратно).
13. **« Праздничная»** (Добежать до противоположной стороны зала, взять 1лист с буквой и вернуться обратно, эстафета считается законченной. когда команды выстроились, держа перед собой составленное слово- Счастье!!, Красота!!, Веселье!!

**Участвуют параллели классов «А», «Б», команда учителей по 9 человек .**

**За 1 место-3 очка; 2 место-2 очка; 3 место-1 очко.**

**Инвентарь:** Кегли, 6 обручей, 6 листов бумаги А-4,№ мешочка с песком или книги, 3 б/мяча, 3 н/мяча, 3 теннисных ракетки с мячиками, 3 бадминтонных ракетки , воздушные шарики, тоннель-3 шт, 3 ватмана, маты-6 шт, мячи разные по 9 шт. на команду, баранки по кол-ву участников, 3 мешка, 3 короны, 3 фитнес шара, набор букв для составления слов, протоколы)

**Протокол веселых стартов *«Для милых дам»***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Названия конкурсов** | **«Ашки»** | **«Бэшки»** | **Учителя** |
| **1. Серпантин** |  |  |  |
| **2. На крыльях любви** |  |  |  |
| **3. Перекати - поле** |  |  |  |
| **4. Дружба** |  |  |  |
| **5. Конкурс капитанов** |  |  |  |
| **6. Гонка шаров** |  |  |  |
| **7. Тоннель** |  |  |  |
| **8. Кочки-комочки** |  |  |  |
| **9. Гусеница** |  |  |  |
| **10. Конфетки-бараночки** |  |  |  |
| **11. На ковре -самолете** |  |  |  |
| **12. Прыг - скок** |  |  |  |
| **13. Праздничная** |  |  |  |
|  |  |  |  |