**«Я выбираю спорт»**

**Задачи:**

1. Пропагандировать здоровый образ жизни.
2. Формировать потребность в занятиях физической культурой и спортом.
3. Воспитывать чувство коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

Место проведения: спортивный зал.

Участники мероприятия: учащиеся 1-4 классы, классные руководители. (Каждый класс представляет защиту плаката о спорте, участие в спортивных состязаниях).

**Ход праздника.**

**Ведущий1:** «О, спорт, ты – мир!» - звучит по всей планете,

«О, спорт, ты – жизнь!» - поет нам вольный ветер,

Спорт- сила духа совершенство тела,

Спорт без границ, и нет ему предела

Бросая вызов времени, пространству,

Он нас зовет с волною состязаться

Быстрее ветра, как на крыльях, мчаться,

И перед трудной целью не сдаваться!

Спорт – это гибкость, сила, ловкость.

Спорт – это точность, меткость и сноровка.

Спорт – это грация и музыка движения.

Он – миг победы звездное мгновение!

**Звучит отрывок фонограммы спортивного марша.**

**Ведущий 1:** Добрый день, дорогие друзья! Мы рады приветствовать вас на празднике спорта и здоровья!

**-** Мы рады видеть Вас, наши дорогие ребята, именно вы главные адресаты чудес волшебника – спорта!

**Ведущий 2**: Сегодня вы станете участниками различных конкурсов, покажете свою ловкость, силу, быстроту и смекалку.

**Ведущий 1:** Чтоб с болезнями не знаться,

К докторам не обращаться,

Чтобы сильным стать и смелым,

Быстрым, ловким и умелым,

Мы идем на тренировку.

**Ведущий 2:** Спорт, мы знаем, – это труд.

Силу, смелость и сноровку

Тренировки нам дадут.

**Ведущий 1:** Что нам, дети, помогает быть здоровыми, сильными, смелыми?

*Все вместе:*

Помогает нам всегда - **солнце, воздух и вода.**

**Ведущий 2:** Крепла чтоб мускулатура, занимайтесь …

*Все вместе:*

**Физ-куль-турой!!!**

**Ведущий 1:** Надо с детства закаляться

И зарядкой заниматься.

Физкультуру всем любить

И со спортом в дружбе быть.

Закаляйтесь детвора,

В добрый путь

Физкульт- (все) **УРА!!!**

**Ведущий 2:** Все привыкли мы к порядку.

Начинаем физзарядку.

По тому, что каждый знает,

Нам зарядка помогает!

*Разминка с учащимися*

*Задачи: снять психологическое и физическое напряжение, настроиться на выполнение физических упражнений.*

**Ведущий 1:** И над кипением спортивного парада

Веселый мячик солнца прыгнет к нам.

Добро пожаловать в наш зал спортивный.

Добро пожаловать на наш спортивный карнавал.

**Ведущий 2:** Приглашаются капитаны команд для проведения жеребьевки.

**Ведущий 1:** По результатам жеребьевки, команды определились следующим образом:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

В нашем зале работает компетентное жюри:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ведущий 2:** Сейчас команды выступают,

Свои плакаты представляют.

*Учащиеся защищают свои плакаты «Я выбираю спорт!».*

*Приглашаются первые участники, обучающиеся \_\_\_\_ класса.*

*Приглашаются вторые участники, обучающиеся \_\_\_\_ класса.*

*Приглашаются третьи участники, обучающиеся \_\_\_\_ класса.*

*Приглашаются четвертые участники, обучающиеся \_\_\_\_ класса.*

**Ведущий 1:** А теперь, мои друзья

Пришла конкурсов пора…

**Ведущий 2:**

Мы хотим всем рекордам наши звонкие дать имена!

От весёлых стартов – до олимпийских вершин.

Тот, кто с нами хочет плыть, ловким, смелым должен быть

**Ведущий 2:**

Победа сама не придет никогда,

Победу в борьбе добывают.

В победе частицу большого труда

Задор мастерства дополняет.

Приглашаются к занятиям спорта для сохранения и укрепления здоровья команда «**Активные**» и команда «**Быстрые**»

**Ведущий 1:** Что быть может проще бега?

Ну чему учиться тут?

Ноги ведь у человека

Сами вроде бы бегут.

**«Заячьи бега»**

***Проведение:*** Игроки выстраиваются в колонны по одному. Напротив каждой команды на определенном расстоянии расставлены фишка. Первый игрок каждой команды получает эстафетную палочку. По сигналу первые номера начинают бег змейкой, добегает до поворотной фишки, оббегает ее и возвращается обратно. Передает эстафетную палочку следующему игроку. Второй и последующий игроки выполняют то же самое, что и первый игрок команды. Последний участник, достигнув финиша, поднимает руку с палочкой вверх. Выигрывает та команда, которая первой заканчивает эстафету.

***Инвентарь:***  Эстафетная палочка – 2 шт. Фишки – 8 шт.

**Ведущий 2:** «Побеждает лишь тот,

Кто стремится вперед!»

**Ведущий 1:**  Вы, ребята удальцы,

Очень сильные мальцы,

Покажите вы для нас,

Кто сильнее в этот час!

**«Тяни - толкай»**

***Проведение:*** Команды встают напротив друг друга, в руки одной команды дается канат со одной стороны, другой команде с другой стороны. Та, команда, которая перетянет середину каната на свою сторону, и выиграла.

***Инвентарь:***  Канат – 1шт.

**Ведущий 1:** «Нас не поймаешь! Нас не найдешь!

Неуловимых и смелых не проведешь!»

Будь первым в гонке ты с мячом.

Тебе соперник нипочем.

Беги скорей ты вперед,

А потом наоборот!

**«Перекати поле»**

***Проведение:*** Игроки выстраиваются в колонны по одному. Каждый участник команды должен бежать спиной вперед и с помощью обруча катить мяч до поворотной фишки и обратно. Выигрывает та команда, которая заканчивает эстафету первой.

***Инвентарь:***  Обруч – 3 шт. Мяч волейбольный – 3 шт. Фишка – 3 шт.

**Ведущий 2:** «У спортсменов есть девиз:

Где трудней – туда стремись!»

**Ведущий 1:**  Ждут вас новые задания,

Проявите ловкость и вниманье.

**« Шарики - лошарики»**

***Проведение:*** Каждому участнику команды, преодолевая препятствия донести на ложках «яйцах» до стойки и вернуться обратно.

1. Пролезть под первым барьером;
2. Пройти по скамейке
3. Перешагнуть второй барьер;
4. Дойти до стойки и быстрым шагом вернуться к команде.

***Инвентарь:*** *капсулы – 4шт, ложки -4 шт., барьер л/атлетический – 2 шт.,*

*скамейка – 2 шт., поворотная фишка – 2 шт.*

**Ведущий 2:**

Равняйсь! Смирно!

Вот и закончился наш праздник. 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!

Слово для подведения итогов предоставляется жюри

**Ведущий :**Не отчаивайтесь, дети,

Вы играли от души.

Знанья спорту – не помеха

Знают даже малыши.

**Ведущий 2 :** сложим знанья мы и силу,

И останемся в друзьях!

Буду спортом заниматься,

Упражняться, закаляться.

**ведущий 1 :** Спорт и знания дружны,

Очень всем они нужны!

Учитель физической культуры: Всем вам до свидания, до новых встреч!

**Я выбираю спорт как альтернативу пагубным привычкам.**

**Цель:** укрепление навыков здорового образа жизни.

**Задачи**: совершенствование двигательных умений и навыков, привлечение их к систематическим занятиям спортом, выявление сильнейшей команды в параллели, пропаганда спорта, как альтернативы наркотикам, табакокурению и другим вредным привычкам.

**Участники:** 1-4 классы, команда 10 человек.

**Место проведения**: школьный спортзал.

**Инвентарь**: баскетбольные, футбольные, волейбольные мячи, скакалки, стойки, обручи.

**Ход соревнования.**

Оформление спортзала следует поручить командам.

**Ведущий:** Здравствуйте! Сегодня мы проводим самые интересные и захватывающие соревнования «Веселые старты».

Звучит музыка. Команды выходят под аплодисменты и выстраиваются на переднем плане.

**Ведущий**: А ну-ка, выходи на старт,

И чтобы не было преград,

Мы начинаем  со знакомства.

**Ведущий:** Мы представляем наше  жюри. Идет поименное представление членов жюри. Далее – вступительное слово приветствия председателя судейской команды. Он также объясняет правила проведения соревнований, которых неукоснительно должны придерживаться члены всех команд; разъясняет, по какой шкале, каким образом будут оцениваться участники соревнования, желает командам проявить максимум своих способностей и возможностей и завоевать победу в честном поединке.

**Первый конкурс**: «Дружим мы со спортом». Представление команд.

(название команды и девиз).

**Ведущий:** - Закончился конкурс приветствий команд.

- Какие все разные оказались команды.

- Но все похожи и едины в одном: спорт и движение – самое лучшее средство от болезней, жизненных неурядиц.

**Ведущий**: Внимание! Судьи объявляют итоги первого конкурса.

**Ведущий**: А теперь спортивные конкурсы, 4 эстафеты.

1. **Эстафета с волейбольным мячом**.

На площадке на расстоянии 3 метров чертят две параллельные линии: за одной выстраивается команда, за другой становится капитан, каждый лицом к своей команде. У капитана в руках волейбольный мяч.

По сигналу судьи капитаны одновременно бросают мячи впереди стоящим игрокам в своих командах. Поймав мяч, игрок бросает его обратно капитану и тот час приседает. Затем капитан бросает мяч второму игроку и, получив его обратно, - третьему и так далее.

**2. Эстафета со скакалкой.**

По сигналу судьи первый участник каждой команды выполняет перепрыгивание через скакалку под каждый беговой шаг от стойки до стойки. Затем игрок бежит к обручу и кладет в него скакалку, оббегает обруч и возвращается к своей команде. Второй игрок начинает эстафету с обычного бега, подбегает к обручу, берет скакалку и возвращается с прыжками на каждый шаг.

**3. Эстафета с баскетбольным мячом**.

По сигналу судьи игрок ведет мяч одной рукой «змейкой», добежав до третьей стойки выполняет 5 бросков мяча в щит, обводит третью стойку, и возвращается, ведя мяч «змейкой», передает мяч второму игроку из рук в руки.

**4. Эстафета с футбольным мячом**

Мальчики и девочки выполняют эстафету ведением футбольного мяча ногой. Мальчики ведут «змейкой», а девочки «по прямой».

**Ведущий**: Прошла последняя эстафета. Жюри подводит итоги..

**Ведущий:** Подходит к концу наша встреча со спортом

И с теми, кто дружит со спортом всю жизнь!

С ним легче учится и лучше работать.

Спорт – главный помощник для каждой семьи!

Он всех награждает отличным здоровьем

И дружбу, любовь к самым близким дает.

Зовет он в походы и даже на подвиг,

Растить, делать, строить, учиться зовет!

И каждый сегодня у нас победитель,

Участие в празднике - главный итог.

**Ведущий**: - Итак, объявляются итоги соревнования «Веселые старты». Главный судья объявляет победителей в конкурсе, награждает грамотами.

**Ведущий:** До новых встреч!

Звучит музыка. Дети уходят.

Не сразу приходят победы,   
Но снова вперед и вперед   
Нас юность настойчиво, твердо   
К спортивным рекордам зовет!

В данном разделе сайта вы сможете найти подходящий девиз и эмблему команды для подготовки к  веселым  стартам.

**Девиз** — краткое изречение, обычно выражающее руководящую идею поведения или деятельности.  
**Эмблема** — это условное изображение идеи в рисунке, которому присвоен тот или другой смысл.Эмблемы должны быть непременно ясны и просты, зритель должен в них видеть то, что ему хотели сказать.

|  |  |
| --- | --- |
| **Название команд и девизы** | **Эмблемы** |
| **Команда**  "Ну погоди!" **Девиз:**  Максимум спорта, максимум смеха! Так мы быстрее добьемся успеха. Если другой отряд впереди, Мы ему скажем: "Ну погоди!" | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/63.jpg |
| **Команда** "Веснушки" **Девиз:**     Нас мало, но мы в веснушках! **Речевка:** "Мы ребята удалые, мы веснушки озорные! побеждать сюда пришли! Нас попробуй догони!"  автор : Панина Ольга Альбертовна,  руководитель физвоспитанием в ГБДОУ детский сад № 50  Калининского района Санкт-Петербурга |  |
| **Команда**   "Пингвины" **Девиз:**      Мы пингвины просто класс,                  Победи попробуй нас! | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/58.jpg |
| **Команда** "Светлячок" **Девиз:**     Хоть свет наш слаб и мы малы, Но мы дружны и тем сильны. | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/61.jpg |
| **Команда**  "Комета" **Девиз1:**  Комета на небе, а мы - на земле! Да здравствует счастье всегда и везде!  **Девиз2:**  Летим вперед и побеждаем! Всем отстающим помогаем!  **Девиз3:**  У кометы есть девиз: "Никогда не падать вниз" | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/60.jpg |
| **Команда**  "Чебурашка" **Девиз1:**    Чебурашка - верный друг,                    Помогает всем вокруг! | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/175.jpg |
| **Команда**  "Алые паруса" **Девиз1:**  Ветер дует в паруса,  юность верит в чудеса.  **Девиз2:**  Плыви всегда, плыви везде, и путь найдешь к своей мечте! | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/62.jpg |
| **Команда**    "Камелот" **Девиз:**  Камелот — всегда вперед,   Всегда был первым Камелот! | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/125.jpg |
| **Команда**    "Радуга" **Девиз:**      Мы как радуги цвета, неразлучны никогда! | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/126.jpg |
| **Команда**    "Апельсин" **Девиз:**      Мы как дольки апельсина.                  Мы дружны и неделимы. | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/127.jpg |
| **Команда**    "Улыбка" **Девиз:**  Жизнь без улыбки ошибка,  Да здравствует смех и улыбка!  автор : Антипова Варвара С-Пб гимназия №73 | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/124.jpghttp://www.helpmammy.ru/images/text-images/133.jpg |
|  |  |
| **Команда**     "Капитошка" **Девиз:**  Капитошка у руля,  Не сдается никогда!  автор : Никита Пахоруков С-Пб гимназия №73 | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/134.jpg |
| **Команда**    "Костер" **Девиз1:**  Гореть, не тлеть и все уметь! | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/173.jpg |
| **Команда**    "Дружба" **Девиз1:**  Девиз наш: Дружба и успех!  Мы победим сегодня всех!  **Девиз2:**  Все за одного, один за всех,  Тогда в команде будет успех! | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/174.jpg |
| **Команда**    "Аврора" **Девиз:**  Аврора знает, Аврора бьется,  Аврора всегда победы добьется. | http://www.helpmammy.ru/images/text-images/128.jpg |
| **Команда**    "3-ий ряд" **Девиз:**      Хороший, умный 3 ряд                   Буудет радовать ребят.  автор : Диана |  |

25 сентября 2008