**Внеклассное мероприятие по физической культуре**

**«ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»**

**Цель:** вовлечение школьников в систематические занятия физической культурой

**Задачи:**

* Расширение знаний, совершенствование двигательных навыков и умений, развитие двигательных и морально-волевых качеств;
* Формирование умений и привычки самостоятельно использовать средства физического воспитания с целью полезного проведения досуга; поддержания здоровья, формирование физически культурной личности;
* Содействие выбору спортивной специализации и организация начальной спортивной подготовки.
* Вовлечение учащихся в организацию и участие в школьных праздниках, конкурсах и иных мероприятиях;

**Материалы и оборудование:** кегли, скакалки, ленты, карточки с вопросами для капитанов, спортивные сумки, мячи: волейбольные, теннисные; канат, обручи, верёвки, листы бумаги формата А-3, маркеры, грамоты, призы.

**Форма проведения:** спортивный праздник

**Место проведения:** спортивный зал

**Возраст участников:** учащиеся 1-4ых классов (6-10 лет),

**План проведения:**

1. Вступительная (организационная) часть

2. Основная (эстафеты и конкурсы)

3. Заключительная часть (подведение итогов, награждение)

**Практическая реализация.**

Ведущий:

- Добрый день, дорогие друзья! Приглашаем Вас на спортивное мероприятие «Веселые старты, на котором будут состязаться две команды: «Солнышки» и «Звездочки»!

*(Команды под марш заходят в зал и выстраиваются в две шеренги)*

- Болельщики, приветствуйте команды!

- Представляю Вам наше уважаемое жюри.

- Прошу команды поприветствовать друг друга!

- В старину, в античном мире, 26 веков назад

Города не жили в мире, шел войной на брата брат.

И мудрейшие решили: ссоры вечные страшны,

Можно в смелости и силе состязаться без войны.

Пусть в Олимпию прибудет, кто отважен и силен!

Для сражений мирных будет полем боя – стадион!

- Пусть и в наших соревнованиях победит достойный!

***1.*** – Первый этап наших соревнований на выносливость!

***«Ядро барона Мюнхгаузена»:***

- Первая пара участников : зажав волейбольный мяч между ног, прыгает до кегли напротив команды и оставляет там мяч. Возвращается бегом. Вторая пара: добегает до кегли, берет мяч, зажимает между ног и возвращается прыжками на стартовую линию. Передает мяч следующей паре.

- Прошу жюри огласить итог.

***2.*** – Второе состязание на быстроту!

***«Скачки»***

- Участники команд встают парами: первый – «лошадь» , второй – «наездник». «Наездник» набрасывает на «лошадь» скакалку и держит ее за обе ручки. По сигналу они бегут до своей кегли и возвращаются к своей команде. Передают скакалку следующей паре.

- Прошу жюри огласить итоги.

***3.*** – Третий этап на ловкость!

***«Иголка, нитка, узелок»***

- Пара участников: впереди стоящий (иголка) берет ленту. Стоящий сзади (узелок), берет другой конец ленты. На пути «иголки» стоят различные препятствия, «узелок» должен следовать за ней.

- Прошу жюри огласить итоги.

***4.*** – Четвертое испытание на взаимопонимание и взаимовыручку!

***«Крабы»***

- Пара игроков встают спиной друг к другу. Они сцепляются руками за локти, двигаются до кегли и возвращаются, взявшись за руки.

- Прошу жюри огласить итоги.

***5.*** – Пятое соревнование на смекалку, сообразительность!

***«Конкурс капитанов»***

Здесь нужны нам ум, смекалка, а не мяч и не скакалка!

Ах! Спортивный марафон! Три минуты всего он!

Капитаны команд, получите карточки с заданиями!

***Вопросы для конкурса:***

*1. Как называется вид спорта, в котором сочетаются лыжные гонки со стрельбой? (биатлон)*

*2. От кого не смог укатиться Колобок? (лиса)*

*3. Сколько игроков в баскетбольной команде? (5)*

*4. Кто в сказке «Теремок» сломал теремок? (медведь)*

*5. Как называется борьба на руках? (армреслинг)*

*6. Продолжи: «Мой веселый…» (звонкий мяч)*

*7. Какие награды вручают олимпийским чемпионам? (олимпийские медали)*

*8. Отгадай загадку: «Бьют его, а он не плачет,*

*Только выше, выше скачет» (мячик)*

*9. Сколько игроков в футбольной команде? (11)*

*10. Какой девиз Олимпийских игр? («Быстрее, выше, сильнее»)*

- Прошу жюри огласить итоги.

***6.*** – Шестое испытание на ответственность!

***«Гусеница»***

- Каждая команда становится в колонну в шахматном порядке. Между игроками команды протянута скакалка, за которую держатся все участники команды. По сигналу «Гусеница»-команда бежит, оббегая все препятствия до кегли и обратно. «Гусеница» не должна «разрываться», если это произошло, участники должны остановиться и дождаться отставших игроков.

- Прошу жюри огласить итоги.

***7.*** – Восьмой конкурс на силу!

***«Силачи»***

- По три человека от команды: должны отжаться наибольшее количество раз.

- Прошу жюри огласить итоги.

***9.*** – Девятое испытание на коллективизм!

***«Перетягивание каната»*** - Перетягиваем канат. Победит команда, перетянувшая канат на свою сторону.

- Прошу жюри огласить итоги.

- Команды! На награждение в шеренги становись!

***(награждение участников)***

- Праздник веселый удался на славу!

Всем пришелся он по нраву!

Со спортом дружите, в походы ходите,

И скука вам будет тогда нипочем.

Веселые старты кончаем и всем пожелаем

Здоровья, успехов и счастья во всем!