

Сценарий спортивного мероприятия «Веселые старты» для учащихся пришкольного лагеря

Цель: Привлечь детей к здоровому образу жизни, к систематическим занятиям физической культурой и спортом через спортивно-массовые мероприятия.

Задачи:

Оздоровительные:

- способствовать укреплению опорно-двигательного аппарата.

Образовательные:

- формировать двигательные умения и навыки;
- формировать представление детей об оздоровительном воздействии физических упражнений на организм;
- обучать действиям в команде.

Развивающие:

- развивать ловкость, быстроту, координацию движений, внимания и ориентирования в пространстве.

Воспитательные:

- воспитывать смелость, чувство соперничества и товарищества, взаимопомощь, коллективных и индивидуальных действий;
- интерес к физической культуре.

Место проведения: Спортивная площадка или спортивный зал.

Инвентарь и оборудование: кегли, большие и малые мячи, гимнастические палки, обручи, кубики, узкие гимнастические маты, скамейки, фишки, мячи-прыгуны с ушками.

Ход мероприятия:

- построение команд;
- приветствие участников, представление капитанов;
- краткий инструктаж по правилам соревнований;
- правила подведения итогов за каждую эстафету и определение победителя соревнований.

«Разминка»

Первый участник с кеглей в руке бежит до стойки, обегает ее и возвращается обратно к команде, передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда закончившая эстафету первой.

«Огород»

На полу лежат 4 обруча на расстоянии 2,5-3 метра друг от друга. У первого участника в корзинке лежат 4 кубика. По сигналу первый бежит и кладет по одному кубику в каждый обруч, обегает стойку и возвращается бегом, передает пустую корзинку следующему. Вторым участником собирает кубики в корзинку, обегает стойку и передает эстафету следующему, и.т.д. Побеждает та команда, которая закончила эстафету первой.

«Меткий стрелок»

Напротив каждой команды от линии старта стоит корзина, участники по очереди один за другим бросают мяч в корзину. Побеждает та команда, которая больше всех забросила мячей в корзину.

«Ручеек»

Первый участник по сигналу «Марш» начинает скольжение по скамейке, перепрыгивает мат, пролазит через обруч, снова перепрыгивает через мат, обегает стойку и возвращается к команде и передает эстафету следующему. Побеждает та команда, которая закончила эстафету первой.

«Движение вверх»

Первый участник подбрасывает мяч над собой не ниже 1-1.5м, обегает стойку и возвращается обратно, не уронив мяч на пол, и передает следующему игроку.

«Гонка мячей»

На линии старта лежат два баскетбольных мяча, каждый участник должен одновременно двумя руками прокатить два мяча до стойки, взять их в руки, и бегом возвратиться передать эстафету следующему участнику.

«Скачки»

Первый участник на мяче-прыгуне, по сигналу «Марш!» прыгает до стойки, берет в руки мяч, обегает и возвращается бегом, передавая эстафету следующему.

«Одноножка»

Первый участник команды добегает до стула, садится, снимает один кроссовок и бросает его в обруч. После этого возвращается назад, прыгая на одной ноге.

«Коромысло»

Первый участник команды «змейкой» несет два маленьких ведра с предметами (теннисные мячи, кубики и.т.п.) на гимнастической палке-коромысле до стойки и обратно. Если он уронил ведро с предметами, то их нужно собрать и продолжить движение.

«Переправа»

Первый участник с обручем в руках обегает стойку и возвращается за вторым игроком. Вдвоем они бегут до стойки, первый игрок остается за линией, а второй бежит за третьим участником и т.д. Выигрывает та команда, которая быстрее всех переправилась на противоположную сторону.

Подведение итогов соревнований.

Если в соревнованиях участвует больше двух команд, то эстафеты проводятся по времени. В каждой эстафете определяется победитель по наименьшему времени. Команда, набравшая наименьшее количество очков, занимает I, II, III места соответственно.

Награждение

Команды награждаются дипломами, призами и.т.д.