**Спортивный праздник: "Олимпиада вперед"**

**Педагог дополнительного образования: Кукса Наталья Викторовна**

**1а - 1г классы**

**Цели и задачи:**

* Привитие школьникам навыков здорового образа жизни;
* привлечения их к систематическим занятиям спортивными играми;
* выявления талантливых детей для пополнения контингента спортивных секций;
* пропаганда спорта, как альтернатива негативным привычкам.

**Инвентарь:**

* Обручи.
* Скакалки.
* Волейбольные мячи.
* Деревянные дощечки.
* Клюшки.
* Теннисные мячи.
* Мешки.

**Сроки и место проведения:**16сентября 2021года МАОУ СОШ№5 спортивная площадка. **Вводное слово:**«Мы сегодня проводим необычное олимпийское путешествие. На станциях у нас будут малые «олимпийские» игры. Сделаем первые шаги в спорте, с надеждой, что кто-то из вас через несколько лет будет выступать на настоящей олимпиаде.

**Чтецы:**

- В старину, в античном мире,  
25 веков назад, города не жили в мире,  
шёл 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 силён,  
для сражений мирных будет «полем боя» стадион.

- С Древней Греции, с Эллады, взял пример и новый век,  
возродил Олимпиады - современный человек.

- Хорошо всех стран посланцам собираться ,спорт любя,  
и никто здесь иностранцем, не почувствует себя.

- А для тех, кто в поле, в зале, кто в бассейне первым стал,-  
олимпийские медали олимпийский пьедестал!

- Сердце радостнее бьётся, если гордо взмыв в зенит,  
Флаг твоей Отчизны вьётся и победно гимн звучит.

- Приходи к нам, праздник яркий, хватит радости на всех!  
Это ж лучшие подарки - песни, шутки, звонкий смех.

- Много нового усвоив, будет вся ребячья рать  
и равняться на героев, и пример с героев брать.

- Время мчится, будто птица и, наверно, в добрый час  
в гордой форме олимпийца, выйдет кто-нибудь из вас.

**Программа соревнований «Весёлые старты»**

I. Выход, построение команд.

II. Вступительное слово.

III. Представление команд, жюри.

IV. Эстафеты:

* «Встречная эстафета»
* «Игольное ушко»
* «Три прыжка»
* « Передал – садись»
* « Переправа»
* « Весёлая скакалка»
* « Кенгуру»
* « Хоккеисты»
* « Прыжки в мешках»

Инвентарь:

* Обручи.
* Скакалки.
* Волейбольные мячи.
* Деревянные дощечки.
* Клюшки.
* Теннисные мячи.
* Мешки.

V. Заключительное слово

VI. Награждение

**КОНКУРСНАЯ ПРОГРАММА**

**Эстафета «Встречная эстафета»**

Участники каждой команды делятся пополам. Половины команд становятся друг против друга на расстоянии 10 метров в колонны по одному. Перед первыми номерами в колоннах проводится стартовая линия. По сигналу первые бегут по направлению к противоположным колоннам. Добежав до стартовой линии, они касаются рукой плеча направляющего, а сами становятся в конец колонны. Направляющий выполняет аналогичное задание.  
  
**Эстафета « Игольное ушко»**

Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя.

Затем со следующим обручем также. И так на обратном пути.

**Эстафета « Три прыжка»**

Участники каждой команды выстраиваются в колонну по одному. На расстоянии 10 метров от линии старта положить скакалку и обруч. После сигнала 1-й, добежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет и бежит назад, 2-й берет обруч и делает через него три прыжка, идет чередование скакалки и обруча. Чья команда быстрее справится, та и победит.

**Эстафета «Передал - садись»**

Играющие делятся на несколько команд, по 7-8 человек в каждой и строятся за общей линией старта в колонну по одному. Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 5 - 6 м становятся капитаны. Капитаны получают по волейбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Каждый из них, вернув мяч капитану, приседает. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

**Эстафета « Переправа »**

Участники строятся во встречных колоннах по одному на расстоянии 10 м одна от другой. Направляющие колонн первой группы получают по 3 деревянных дощечки, толщина и ширина которых не менее 10 см, длина - 25 см. Положив 2 дощечки (одну на линии старта, другую впереди, в шаге от первой), каждый из участников становится на дощечки обеими ногами, а третью дощечку держит в руках. По сигналу игрок, не сходя с дощечек, кладет третью дощечку перед собой и переносит на неё ногу, которая была сзади. Освободившуюся дощечку он перекладывает вперед и переносит на него ногу. Так игрок передвигается до противоположной стороны. Назад возвращается, бегом держа дощечки в руках. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету.

**Эстафета « Весёлая скакалка »**

Игроки каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному. Перед каждой колонной на расстоянии 10–12 м ставится поворотная стойка. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии и продвигается вперед, прыгая через скакалку. У поворотной стойки он складывает скакалку вдвое и перехватывает ее в одну руку. Обратно он двигается, прыгая на двух ногах и вращая скакалку под ногами горизонтально. На финише участник передает скакалку очередному игроку своей команды, а сам становится в конец своей колонны. Выигрывает команда, игроки которой точнее и раньше закончат эстафету.

**Эстафета « Кенгуру»**

Участники строятся в колонну по одному. Линии старта и финиша отмечаются на расстоянии 10 м одна от другой. Направляющие колонн зажимают между ногами (выше коленей) волейбольный мяч. По сигналу направляющие начинают продвигаться вперед прыжками и, достигнув противоположной линии берут мяч в руки и бегом возвращаются назад. Так действуют все игроки. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету. Участники, закончившие эстафету, становятся в конец колонны. Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

**Эстафета «Хоккеисты»**

Команды строятся колонну по одному. Перед направляющим каждой команды на линии старта положены клюшка и теннисный мяч. В 15 м от линии старта обозначена контрольная линия, на которой против каждой команды поставлена фишка. Между стартовой и контрольной линиями на расстоянии 3 м одна от другой расставлено четыре стойки. По сигналу направляющие игроки каждой команды берут клюшку, мяч и, обводя стойки, добегают до фишки, огибают её, после чего бегут обратно к линии старта, также с обводкой стоек. На старте они передают инвентарь очередным игрокам, а сами становятся в конец колонны. По условиям эстафеты запрещается пропускать и сбивать стойки .

**Эстафета «Прыжки в мешках»**

Участники строятся в колонну по одному, расстояние до контрольной стойки 10 метров. Придерживая мешки руками возле пояса, они прыгают до обозначенного места. Оббежав его, дети возвращаются к своим колоннам, вылезают из мешков, передают их следующим. Так продолжается до тех пор, пока все дети не пробегут в мешках. Выигрывает та команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

**Заключительное слово:**

Готовы к бою за серебро и золото,  
Душой и телом молоды,   
Не боясь жары и холода,  
Идут гордо русские спортсмены.  
«Давай победу!» - ревут спортивные арены.  
В единстве наша сила,  
Услышь меня Россия!

**Награждение победителей.**