

Спортивный праздник для начальной школы

СКАКАЛКА, ОБРУЧ И Я – ДРУЖНАЯ СЕМЬЯ

Цель: организовать здоровый отдых детей; развивать силу, ловкость, выносливость, подвижность; воспитывать чувство взаимовыручки, товарищества; воспитывать любовь к занятиям физической культурой.

Инвентарь: скакалки, обручи, кубики.

Ход праздника

Ведущий: Здравствуйте, ребята!

Я вижу, что вы сегодня бодрые и веселые.

Ребята, вы любите сказку?

А вы хотите в неё попасть?

Тогда слушайте.

Жили были брат с сестрой – скакалка и обруч (появляются перед детьми).

Скакалка: Я – скакалка-погонялка,

Все со мной играют,

Даже всякий забияка

И тот меня знает.

Обруч: Я – обруч.

Хоть и круглый я,

И нет у меня начала, нет конца,

Со всеми я вожусь

И весело кружусь.

Ведущий: Но однажды между ними произошел спор.

Скакалка: Я самая важная для детей.

Обруч: Нет, я важнее.

Скакалка: Со мной дети чаще играют.

Обруч: И со мной тоже дети очень часто играют.

Скакалка: Зато со мной играют в такие игры, в какие с тобой не поиграешь.

Обруч: А со мной игры интереснее и труднее.

Ведущий: Ребята, давайте поможем скакалке и обручу помириться и стать дружной семьей. А сделаем мы это с помощью наших эстафет.

1. Приседай и бери.

Дети в приседе лицом друг к другу на расстоянии 2 м пара от пары, в руках скакалки, натянутые на уровне колен. По сигналу, первая пара кладет скакалку на пол и бежит вперед, перепрыгивая через скакалки, затем один бежит влево, второй – вправо на свои места, берут скакалку и приседают. Как только они взяли скакалку в руки, начинают выполнять упражнение вторая пара и т.д.

2. «Змейка»

Помощники в середине дистанции удерживают три обруча, образуя «забор». Вся команда держится руками за скакалку по всей ее длине, стоя в шахматном порядке. По команде «марш» вся команда бежит к обручам и, не выпуская скакалки из рук, последовательно пролезают в обруч, оббегают ориентир и возвращаются на место старта.

3. «Пробеги – не зацепи»

Учащиеся стоят в колонне по одному. На середине зала помощники вращают скакалку. По сигналу первый бежит и старается пробежать под вращающуюся скакалку, не задев ее, оббегает ориентир и, возвращаясь назад, касается ладонью впереди стоящего и т.д.

4. «Переправа»

У первых на поясе обруч. По команде первые бегут, оббегают ориентир, возвращаются назад, берут в обруч второго и бегут к ориентиру. Там первый

остается, а второй бежит за первым и т.д., пока вся команда не перейдет на противоположную сторону.

5. «Поменяй снаряд»

По команде первые бегут до ориентира, вращая скакалку, у ориентира, оставляют скакалку, берут обруч и катят его обратно и т.д.

6. «Пробеги – не урони»

Команда строится по парам. Один катит обруч, второй старается пробежать в катящийся обруч. Добежав до ориентира, оставляют обруч там и, взявшись за руки, бегут назад и передают эстафету следующей паре.

Скакалка: Да теперь понятно, что вместе мы очень дружная семья.

Обруч: И это нам стало понятно только благодаря вам и эстафетам.

Подведение итогов. Награждение.