Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Амвросиевская школа №6»

Амвросиевского района Донецкой Народной Республики

**Внеклассное мероприятие**

**Веселые старты**

**(для обучающихся 1-4 классов)**



Подготовила и провела

учитель І категории

РедченкоВикторияИвановна

**Веселые старты**

**(для обучающихся 1-4 классов)**

***Цель:*** воспитывать инициативность, самостоятельность, взаимопомощь, дисциплинированность, чувство ответственности.

***Оборудование:*** эстафетные палочки, стойки, обручи, кубики или любые игрушки, кегли, корзина, теннисные мячи, шапка или кепка, скакалки, большой мяч, загадки.

**Дети:**Здравствуйте! Желаем всем здоровья!

**Учитель:**Такими словами приветствуют друг друга, справляясь о здоровье. А здоровы ли вы, дорогие мои? Хорошее ли у вас сегодня настроение? Я очень рада, что у вас все отлично! В народе говорят: “Здоровому - все здорово”. Здоровый человек красив, он легко преодолевает трудности, с ним приятно общаться. Он умеет по-настоящему и работать, и отдыхать.

А что значит быть здоровым?!

**Дети:**Делать утреннюю зарядку

* Соблюдать режим дня
* Заниматься спортом
* Закаляться
* Соблюдать чистоту
* Правильно питаться и т.д.

**Учитель:**Правильно, чтобы быть здоровым, нужно заниматься физкультурой, делать утром зарядку и не лениться. Заниматься спортом: бегом, плаванием и другими видами спорта, закаляться, играть в подвижные игры на свежем воздухе - то есть вести здоровый образ жизни. За вас для вашего здоровья, никто этого не сделает.

Учащиеся делятся на две команды: «Прыгуны» и «Бегуны»

Приветствие команд

**Команда «Прыгуны»**

Если хочешь быть умелым,

Ловким, быстрым, сильным, смелым,

Научись любить скакалку,

Мячик, обручи и палку.

**Команда «Бегуны»**

Никогда не унывай!

Дух и тело закаляй!

Вот здоровья в чём секрет!

Мы вам шлём физкульт-привет!

Представление жюри

**Эстафета № 1 «Разминка»**

Инвентарь: эстафетные палочки. Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает стойку и возвращаясь к команде передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

**Эстафета № 2 «Наездники»**

Инвентарь: обручи. Первый участник надевает на себя обруч, 2-й держит его за обруч. Бегут до финиша и обратно. Передают эстафету следующей паре.

**Эстафета № 3 «Перенеси предмет»**

На старте стоят у каждой команды 6 предметов (кубики или любые игрушки), до финиша расположены гигантские следы босых ног. Необходимо взять один предмет и прыгая по следам, донести его до финиша и поставить в обруч, вернуться. Выигрывает та команда, которая перенесет быстрее всех.

**Эстафета №4 «На помеле»**

Инвентарь: швабра Первый участник садится верхом на швабру , удерживая ее руками между ног. На этом «помеле» нужно обежать заранее выбранный пенек (поставленную кеглю) и вернуться, чтобы передать швабру очередному участнику

**Эстафета №5 «Стрельба»**

Инвентарь: корзина, теннисные мячи. Мишенью будет служить корзина, в которую участники станут метать шишки (мячи). Участнику каждой команды вручается по три шишки. Корзина-мишень установлена на расстоянии 3 метров от финишной черты. По сигналу первый игрок подходит к финишной черте и бросает шишки, стремясь попасть в корзину. За ним подходит следующий игрок, и так по очереди. Побеждает команда, которая быстрей закончит эстафету и которая больше забросит шишек.

**Ведущий:** А теперь отгадайте загадки.

Не похож я на коня,А седло есть у меня.

Спицы есть, они, признаться,

Для вязанья не годятся.Не будильник, не трамвай,

А звоню я, то и знай. (Велосипед)

Сижу верхом не на коне,

А у туриста на спине. (Рюкзак)

По пустому животу

Бьют меня — невмоготу!

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки. (Футбольный мяч).

**Эстафета №6“Беговая эстафета со скакалкой ”.**

Участник бежит до отмеченного кеглей места, хватает скакалку, прыгает три раза, кладет скакалку на место, бежит к команде и передает эстафету следующему участнику.

**Эстафета №7«Планета земля».**

Участники по верху передают большой мяч (“Планета земля”) назад. Последний участник берет мяч и начинает передавать мяч назад , но уже снизу между ног.

**Эстафета №8 «В обруч с головой»**

Инвентарь: обручи Первый участник бежит до ограничительного знака, на его пути встречается обруч сквозь который он должен пролезть и вернуться обратно.

**Эстафета №9 «Кто быстрее»**

В руках у каждого впередистоящего участника шапка (кепка). По сигналу ведущего первые игроки до стойки, вешают на неё шапку, быстро возвращаются обратно и передают эстафету вторым игрокам. Вторые игроки бегут к стойке, снимают шапку, надевают её на голову и возвращаются к командам. Эстафета заканчивается, когда последний участник прибежит на место и поднимет руку вверх.

**Эстафета №10 Конкурс капитанов**

На площадке выставляются 2 кегли, по одной для каждого капитана на расстоянии. По сигналу ведущего капитаны должны сбить кеглю мячом. Выигрывает тот, кто собьет кеглю.

**Далее жюри подводит итоги, а ведущий загадывает загадки.**

1. Проложили две дорожки,

Чтоб по снегу мчались ножки,

Быстрые, новые Ножки те кленовые. (Лыжи.)

2. Очень чудные ботинки

Появились у Иринки

Не годятся для ходьбы,

В них по льду кататься бы. (Коньки.)

3. Ах, какой огромный стол!

Для каких обедов он?

Нет, обедать здесь не станем,

Сетку туго мы натянем -

Скачет шарик там и тут.

Как игру эту зовут? (Настольный теннис.)

4.Две ракетки и волан,

Пышный, точно сарафан.

Высоко волан взлетает

-Сильно Лена отбивает. (Бадминтон.)

**Ведущий**: Вот и закончились наши " Веселые старты ".

Победила у нас дружба, но есть команда, которой повезло больше. Она оказалась не много быстрее, сильнее и выше. Поздравляем вас, ребята. Идет награждение победителей.

**Ученик.**

Со спортом будем мы дружить

И нашей дружбой дорожить.

И станем сильными тогда,

Здоровыми, умелыми,

И ловкими, и смелыми.

**Учитель.**

Желаю вам, друзья, всегда,

Быть сильными спортсменами.

Ведь только спорт поможет вам

Здоровым быть и сильными.