**МКОУ «Чухверкентская СОШ»**

**ВНЕКЛАССНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ**

**ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ «ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»**

**Учитель : Таривердиев И.М.**

**Дата проведения: 6.05.2108г**

**Цель:**

- формирование у обучающихся культуры сохранения и совершенствования собственного здоровья;

- пропаганда здорового образа жизни;

- организовать здоровый отдых обучающихся;

- развивать у них силу, ловкость, выносливость, подвижность;

- воспитывать чувство взаимовыручки.

**Задачи:**

- содействие укреплению здоровья и разностороннему физическому развитию школьников;

- воспитание их в духе патриотизма, коллективизма и дружбы, выработка высоких морально — волевых качеств, повышение дисциплины и организованности;

- выявление интересов детей к отдельным видам спорта, привлечение обучающихся к систематическим занятиям физическими упражнениями;

- пропаганда и популяризация спорта;

- организоватьдосуг и активный отдых обучающихся;

- укреплять дружеские отношения между обучающимися.

**Оборудование:** 4 шляпы, 4 скакалки, обручи, мячи большие, мячи малые, гимнастические палки, кегли, 5 коробков с утяжелителем.

**Участники и условия проведения соревнований.**

В соревнованиях участвуют учащиеся 5-8-х классов. Состав команды - 10 человек.

**Награждение**. Команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами.

**Учитель.** Спорт в жизни каждого очень необходим. Ведь не зря говорят, что человек должен быть красив и духовно, и физически. В нашей школе со спортом дружат. Вот мы потому и проводим сегодня наши " Веселые   старты '". У нас четыре команды.

Тот победит в соревнованье,

Кто меток и силён,

Покажет всё своё уменье,

Кто духом, телом закалён.

Мы призываем команды к честной спортивной борьбе и желаем всем успеха! Пусть победит сильнейший, а в выигрыше останутся ваша дружба и сплочённость!

Перед тем как начать наше соревнование произнесем **торжественную клятву.**

Для торжественной клятвы всем участникам соревнований встать!

(Звучит торжественная клятва)

- Участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят, и уважать соперника! (Все:«Клянёмся!»)

Приступим к соревнованиям. Как говорится: "На старт, внимание!".

**1.Эстафета «Шляпа».**

**Учитель.** Возьми шляпу, допрыгай до стула, положи, прыгай обратно! Следующий участник прыгает до стула, берет шляпу и прыгает обратно, отдает ее следующему игроку и т.д.

**2.Эстафета « Двое в обруче».**

**Учитель.** Пара игроков надевает на себя обруч, бежит, обегает стул и возвращается обратно, передача обруча следующей паре и т. д.

**3.Эстафета "Переноска арбузов"**

**Учитель.**Участник берет 3 мяча и бежит как можно быстрее до стула, оббегает его и возвращается обратно. Передает мячи следующему участнику, который повторяет маршрут. При передаче мячей можно помогать. Если мячи падают, поднять и продолжить с того же места.

**4.Эстафета «Змейка».**

**Учитель.** Участвует вся команда сразу. Игроки  каждой команды встают друг  за другом держась за талию впереди стоящего. По команде каждая команда бежит змейкой между расставленными кеглями, стараясь их не зацепить и не уронить.

-Немного отдохнем.

**5**.**Эстафета для болельщиков «Стрельба».**

Кто в мишень бьет лучше всех,

Тому сопутствует успех.

Нужно метким быть, друзья,

Пригодится, знаю я!

От каждой команды выбирается по одному болельщику. Участнику вручается по 5 коробок с утяжелителем, которые они должны метать в лежащий на земле обруч. По сигналу первый игрок подходит к финишной черте и бросает поочереди коробки, стремясь попасть в обруч. Подсчитывается количество попаданий. За ним подходит следующий игрок, и так по очереди. По количеству попаданий определяется 1,2,3,4 место. Болельщик тем самым помогает своей команде.

**6.Эстафета с мячом «Кенгуру»**

**Учитель.**Каждой команде вручается мяч. По команде вы зажимаете мяч между ног прыгаете или бежите, как у вас получится, до стула. Кладете мяч на стул и бежите до своей команды. Следующий участник добегает до стула, берет мяч, зажимает его между ног и уже бежит с ним обратно к команде. И так до последнего участника. Кто первый закончит, тот и победил. Если мяч выронил кто-то, то начинаем с того же места. Задание понятно? На старт, внимание, марш!

**7.Эстафета «Близнецы»**

**Учитель**. Бег парами. Участники сцепляются парами, а внутри мяч. И в таком положении бегут до стула, обегают и возвращаются, передают эстафету другой паре.

**8.Эстафета «Бег на трех ногах»**

**Учитель**. У двух игроков связывают ноги: правую ногу одного и левую ногу другого. Обнявшись друг с другом, игроки передвигаются до стула. Затем точно так же следующая пара «близнецов». Учителя помогают перевязать ноги.

9.**Эстафета « Бег на четвереньках»  
Учитель.** На четвереньках обежать стул, передать эстафету следующему.

Пока жюри подводит итоги соревнования. Мы отдохнем.

**Загадки для отдыха.**

1. Кинешь в речку - не тонет.  
 Бьёшь о стенку - не стонет.  
 Будешь озимь кидать.  
 Станет кверху летать. (Мяч.)

2. Две ракетки и волан,  
 Пышный, точно сарафан.  
 Высоко волан взлетает -  
 Сильно Лена отбивает. (Бадминтон.)

3. Этот конь не ест овса,  
 Вместо ног 2 колеса.  
 Сядь верхом и мчись на нем  
 Только лучше правь рулём. (Велосипед.)

4. Проложили две дорожки,  
 Чтоб по снегу мчались ножки,  
 Быстрые, новые  
 Ножки те кленовые. (Лыжи.)

5. Очень чудные ботинки  
 Появились у Иринки  
 Не годятся для ходьбы,  
 В них по льду кататься бы. (Коньки.)

6. Для каких обедов он?  
 Нет, обедать здесь не станем:  
 Сетку туго мы натянем -  
 Скачет шарик там и тут.  
 Как игру эту зовут? (Настольный теннис.)

Жюри подводит итоги соревнования.

**Учитель.**Вот и закончились наши " Веселые   старты ".

Победила у нас дружба, но есть команда, которой повезло больше.

Сегодня стали вы сильнее!

Сегодня стали вы дружнее!

Сегодня проигравших нет!

Есть просто лучшие из лучших!

Поздравляем вас, ребята.

**Идет награждение победителей.**