

Спортландия
«Быстрый, ловкий, умелый»

В. И. Карсюк,
учитель физической культуры
Заостровечской СШ Клецкого района



Здоровье – это вершина, на которую постоянно нужно взбираться самому.

Народная мудрость

Цели:

- закрепить умения и навыки, сформированные на уроках физической культуры;
- развивать ловкость, быстроту, координацию движений, силу, сообразительность и смекалку;
- воспитывать чувство коллективизма.

Оборудование: обручи, баскетбольные мячи, 2 стула, 2 платка на голову, 2 коробки, «картошка» (кубики), кегли, 2 коврика, шарики, мячи, яйца или вода, мешки, гимнастические палки, брезентовый или целлофановый мешок, перекладины, колышки.

План:

- I. Организационный момент.
- II. Вступительная часть.
 1. Представление команд.
 2. Представление жюри.
- III. Основная часть
 1. Приветствие команд.
 2. Конкурс «Разминка» (на ловкость).
 3. «Передача сквозь обруч».

4. Конкурс «Картошка».
 5. Эстафета с кеглями.
 6. «Гонка на коврике».
 7. Игра-поединок «Близнецы».
 8. Конкурс спортивно-художественной самодеятельности.
 9. Игра со зрителями.
 10. «Найди свой стул».
 11. Ритмическая эстафета.
 12. Конкурс капитанов.
 13. «Комическая эстафета».
 14. Номер от организаторов (танец).
- IV. Подведение итогов.
V. Награждение команд.

Ход мероприятия

I. Организационный этап

Звучит спортивный марш, команды проходят по залу и строятся друг против друга по краям площадки.

Ведущий 1. О, спорт! Ты – мир! Ты добровольный проводник народов мира. Ты сближаешь людей. В едином «культе силы благородной», сплоченной, независимой, свободной.

Так учится всемирная семья,
Соперничая, уважать тебя,
И так вся пестрота народов мира,
Объединенных общностью кумира,
Ведущих мирный, благородный спор,
Слагается в многоголосый хор.

Ведущий 2. Внимание, внимание!

Начинаем спортивный праздник.

Солнце тучи разогнало,

Солнце вышло поболеть.

На трибунах тесно стало,

Зазвучала горнов медь.

Сегодня в нашем спортивном празднике принимают участие следующие команды:



Ведущий 1. Мы собрались здесь для того, чтобы увидеть, какие вы смелые, быстрые, ловкие, умелые. И вот вам наши пожелания:

Наши пожелания командам:

Победившей – не хвалиться,

Проигравшей – не реветь.

Пусть сильнее кипит борьба,

Сильнее соревнование.

Успех решает не судьба,

А ваше лишь старание.

Желаем вам успехов!

2. Оценивать вас будет наше жюри, в состав которого входят



II. Основной этап

Ведущий 2. Прежде чем мы начнем игровую программу, команды назовут свои девизы и поприветствуют друг друга. *(Представление команд.)*

– Сейчас, ребята, проведем конкурс на ловкость. У правофлангового каждой команды по десять гимнастических обручей. По сигналу они должны переправить обручи в конец своих шеренг, причем, прежде чем передать свой обруч следующему, первый продевает обруч через себя (сверху вниз). Последний в шеренге надевает обручи на себя. Нельзя передавать или продевать через себя сразу по нескольку обручей. Конкурс повторяется трижды. Выигрывает та команда, которая два раза выполнит задание первой. Итак, приготовились. Внимание!

(Перед началом конкурса надо показать детям, как правильно продевать через себя обруч, и посоветовать немного разомкнуться в шеренге, чтобы легче было передавать обручи. Судьи следят за правильностью выполнения условий конкурса, и все свои замечания сообщают жюри.)

Передача мяча сквозь обруч

Участники каждой команды строятся в шеренгу и образуют из гимнастических обручей «забор», сцепившись руками за обручи на уровне

плеч. Остальные члены команд становятся за общей линией старта по парам. У первой пары баскетбольный мяч. По сигналу они выбегают вперед и, начиная с первого обруча, подают мяч друг другу через каждый обруч. Причем один игрок находится с одной стороны «забора», а другой – с противоположной. В последнем обруче они выполняют передачи, затем таким же образом возвращаются обратно и передают мяч следующей паре, которая проделывает тоже самое. Если игрок промахнулся и не попал в обруч, если мяч упал на пол – следует повторить бросок или продолжить эстафету с места ошибки.

Конкурс «Картошка на грядке» (в обручах)

Перед командой выложена картошка. Участники должны собрать ее в коробку по пути к стойке, обегая ее, на обратном пути «посадить картошку», затем передать коробку следующему участнику.

Эстафета с кеглями

Кегли расставляются в одну линию по несколько штук, задача детей пробежать между кеглями, не сбив ни одной, и вернуться обратно.

«Гонка на коврике»

Первые номера каждой команды садятся на коврик (спиной к направлению движения) за общей линией старта, ногами опираясь на пол, а руками – о коврик.

По сигналу соревнующиеся начинают продвигаться вперед, отталкиваясь ногами. Задача играющих – быстрее добраться до поворотной стойки (в 5 метрах от линии старта) и вернуться за линию старта. Игрок, раньше выполнивший задание, получает балл.

Выигрывает команда, игроки которой наберут большее количество баллов.

Игра-поединок «Близнецы»

Двум участникам связывают ноги (левую и правую). По сигналу они преодолевают препятствия и возвращаются назад.

Конкурс спортивно-художественной самодеятельности

Пока жюри подсчитывает общее количество очков, участники показывают по одному номеру художественной самодеятельности.

Игра со зрителями

От каждой команды выходит по одному болельщику. Они должны стать у обозначенной линии и, передвигаясь вперед, называть виды спорта, спортивный инвентарь. Победит тот, кто назовет последним. *(За победу болельщика данной команды – приписывается балл.)*

Найди свой стул

На середине площадки ставят 2 стула на расстоянии 5–6 м. На стулья лицом друг к другу, но боком к зрителям садятся соперники (оба с завязанными глазами).

По сигналу играющие выполняют следующие команды: 4 шага вперед, поворот направо, 5 шагов прямо, 2 поворота кругом.

После этих команд игроки должны постараться быстрее найти свой стул. (Сначала девочки, затем мальчики.)

Ритмическая эстафета

Участники каждой команды делятся на 2 подгруппы и строятся для встречной эстафеты на противоположных линиях площадки в колонну по одному. У направляющего 1-й подгруппы в руках гимнастическая палка. По сигналу он выбегает вперед, добегают до противоположной колонны своей команды, передает второй конец палки направляющему этой колонны и они вдвоем проносят палку под ногами всех участников этой подгруппы, которая перепрыгивает палку. Игрок первой подгруппы остается в первой колонне, а игрок второй подгруппы с палкой бежит к участникам первой подгруппы и там вместе с направляющим выполняет тоже самое, заставляя всех игроков прыгать через палку.

Выигрывает команда, чьи игроки быстрее поменяются местами в колоннах.

«Комическая эстафета»

1-й этап – бег с яйцом или водой в ложке (от 5 до 20 м);

2-й этап – пролезание в лежащий на земле брезентовый или целлофановый мешок без дна;

3-й этап – пробежать (10-20) метров, держа в руках несколько мячей или надувных шаров;

4-й этап – бег в мешках;

5-й этап – пролезть под перекладинами, стараясь их не сбить. После прохождения этапа участник должен установить сбитые им колышки и только после этого продолжается эстафета.

Номер от организаторов (танец)

III. Подведение итогов

Победила ... команда, со счетом ...

IV. Награждение команд

