

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Александровская средняя общеобразовательная школа
Иловлинского района Волгоградской области

Состязание здоровячков

«Большие прыгалки»

Учитель:
Хренова Татьяна Владимировна

с.Александровка, 2025

Цели: способствовать формированию у уч-ся навыков здорового образа жизни, укреплять здоровье, развивать выносливость, ловкость, силу, умение координировать свои движения, способствовать воспитанию чувства коллективизма, сплоченности, прививать любовь к спорту.

Оборудование: большие и малые мячи, обручи, 2 пиалы, 2 мешка, 2 ведра, кегли.
Место проведения: спортзал.

Ход мероприятия.

1.Ведущий. Добрый день, ребята! Мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе, ловкости и выносливости. Но не это главное в нашей сегодняшней встрече. Конечно же, мы не будем ставить рекорды, определять чемпиона и выбирать самых сильных и самых ловких. Наша цель другая. Мы собрались для того, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться друг с другом. И неважно, кто станет победителем в этом, скорее шуточном, состязании. Главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Пусть эта встреча будет по – настоящему товарищеской. Я призываю команды к честной спортивной борьбе и желаю успеха всем! Пусть победит сильнейший, а в выигрыше пусть останутся наша дружба и сплоченность!

2.Чтоб провести соревнования,
Вам нужен опытный судья.
Такое, видно, уж призвание –
Судьей, конечно, буду я!
И еще хочу добавить
И арбитров вам представить.
(Представление жюри)

3.Представление команд.

- 1) Велосипедистки. Девиз: «Крути педали, пока не дали».
- 2) Рваный кед. Девиз: «Мы хотя и рваный кед, но добьемся всех побед».

4. Эстафеты.

- 1) «Официанты» (пронести малый мяч в пиале, прыгая на одной ноге)
- 2) «Крокодильчики» (пронести мяч в паре, который зажат между спиной и грудью, прыгая на 2 ногах)
- 3) «Дельфины» (прыгая на 1 ноге, нырнуть сквозь обруч)
- 4) Прыжки в мешках.
- 5) Прыжки приставными шагами левым и правым боком.
- 6) Прыжки на 1 ноге спиной назад.
- 7) «Мачеха и золушка» (мачеха берет ведро с кеглей и прыгает вперед, высыпает кеглю и возвращается обратно, передает ведро Золушке. Золушка должна собрать мусор)
- 8) «Найди пару» (У всех игроков собрать по 1 ботинку и сложить их в мешок: у каждой команды свой. Участники по очереди прыгают к мешку, ищут свой ботинок, обуваются, возвращаются к команде и передают эстафету.)

5.Подведение итогов. Награждение.

Вот и закончилась наша эстафета. Сегодня мы получили заряд бодрости, радости, а это самое главное для того, чтобы быть здоровым человеком. Мы поздравляем победителей и просим не унывать побежденных. Ведь самое главное – не победа, а участие и то, что мы с вами были вместе.