

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

Веселые старты

«А ну-ка, догони»

Учитель:
Хренова Татьяна Владимировна

с.Александровка, 2025

Цели:

1. Развивать у ребят интерес к спорту, понимать значение спорта в жизни человека.
2. Приучать учащихся к здоровому образу жизни.

Игра проходит в спортивном зале.

Оборудование: обручи, мячи, гимнастические палки.

Предварительная подготовительная работа:

1. Класс делится на несколько команд.
2. Каждая команда готовит свою эмблему, девиз и песню.

Ход соревнований

Команды выстраиваются в спортзале для участия в весёлых стартах.

Учитель. Ребята, сегодня мы проводим спортивную игру «Весёлые старты «А ну-ка, догони!». Спорт необходим в жизни каждого человека. Ведь не зря говорят, что человек должен быть красив и духовно, и физически. Мы все с вами любим спорт, поэтому проводим сегодня наше соревнование. Сейчас мы будем представлять команды.

Команды показывают свою визитку, девиз.

Учитель. Желаю всем удачи и побед.

1. «Бег с шариком»

Пробежать с шариком, лежащим на тетради; по очереди вся команда, кто быстрее.

2. «Метание мяча»

Метание мяча в баскетбольное кольцо, чья команда больше забросит мячей.

3. «Бег в мешках»

Вся команда должна пробежать до отметки и назад. Кто вперёд закончит бег.

4. «Эстафета»

По сигналу первый участник команды бежит до флажка и обратно, хлопает по ладони руки следующего участника — передает эстафету. Победит тот, кто первым достигнет финишной черты.

5. «Бег со скакалкой»

Каждый из команды прыгает через скакалку и обратно. Затем передаёт скакалку следующим и так далее до победы.

6. «Передача мяча»

Вы все стоите на своих местах и держите руки над головой. Нужно по очереди передать мяч над головой в конец команды, победит та команда, которая быстрее передаст мяч.

7. «Бег змейкой с мячом»

Каждый член команды должен пробежать змейкой между расставленными кеглями с мячом в руках, на финише ударить мячом об пол и поймать его, добежать до следующего игрока и передать ему мяч броском от отметки.

8.«Прыжки с мячом»

Для эстафеты потребуется мяч. Вы должны, зажав мяч между ногами, допрыгать с ним до отметки и обратно, как можно быстрее, передать мяч другому участнику, и так вся команда. Если мяч кто – то выронил, то начинает всё сначала.

9. «Кто быстрее?»

По одному человеку от каждой команды по очереди прыгают на двух ногах до обруча, пролазят через него и бегут обратно.

10. «Прокати мяч»

Мяч катить одной рукой по скамейке, затем взять его в руки и бегом назад к своей команде.

11. «Собери картошку»

Участвуют капитаны команд. С завязанными глазами собрать как можно больше картошек из обруча, лежащего на полу (собирать в ведерко). Брать по очереди.

12. «Прыжки в длину»

Первый участник встает на линию старта и совершает прыжок с места в длину. Проводим черту по носкам обуви того, кто прыгнет. Следующий участник, не заступая черты, тоже совершает прыжок в длину. Таким образом, вся команда совершает один коллективный прыжок.

Самый длинный командный прыжок – победный.

13. «Сиамские близнецы»

Из каждой команды выходят по 2 участника, мы им завязываем веревкой по одной ноге. Их задача – добежать до указанной цели и вернуться обратно к команде и передать веревку следующим двум участникам команды.

14. «Доктор Айболит»

Каждой команде раздаём градусники. Градусники заменят кегли, их мы складываем в корзину. По сигналу "Айболит" бежит до отметки, достает кегли по одной и ставит их всем участникам (как градусники) под мышку.

Учитель: Давайте дадим слово жюри и узнаем, чья команда сегодня стала самой лучшей, самой быстрой, самой внимательной, самой дружной и спортивной.

Итог нашего мероприятия, жюри называет победителя.

Учитель: Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

Физкульт – ура!