

## Сценарий праздника "Веселые старты".

### Цели:

- пропаганда здорового образа жизни;
- привлечение детей к систематическим занятиям подвижными играми;
- выявление талантливых детей;
- пропаганда спорта, как альтернативы негативным привычкам.

**Ведущий:** здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня в нашем спортзале! И наш спортивный зал превращается в весёлый стадион! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

Наша встреча - необычна,  
Хоть она вполне привычна.  
Нынче спорт хвалить мы будем.  
И зарядку не забудем.  
Будем спортом заниматься  
Обтираться, закаляться.  
Зубы чистить по утрам,  
А лентяям - стыд и срам!

*Звучит музыка "Герои спорта" (выход команд).*

**Ведущий:** теперь пришло время познакомиться с участниками праздника.

Представление команд (название, девиз).

### **Команда № 1.**

Название: "Умелые".

Девиз: ни шагу назад, ни шагу на месте,  
А только вперёд и только вместе.

### **Команда № 2.**

Название: "Смелые".

Девиз: светить всегда, светить везде  
И помогать друзьям в беде.

### *Представление жюри.*

**Ведущий:** ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить команды будут (представление членов жюри).

Пусть жюри весь ход сраженья  
Без промашки проследит.  
Кто окажется дружнее.  
Тот в бою и победит.

**Ведущий:** А сейчас напутственные слова участникам соревнований.

Спорт, ребята, очень нужен,  
Мы со спортом очень дружим.  
Спорт - помощник!  
Спорт - здоровье!  
Спорт - игра!  
Физкульт-ура!

**Ведущий:** итак, с командами познакомились, жюри выбрали, напутствие услышали - пора начинать соревнование!

В каждой эстафете определяется конкретный победитель. За победу команда получает – 1 место, за поражение – 2 место. Победитель соревнований определяется по наименьшему количеству набранных очков. В случае равенства очков победитель определяется по дополнительному конкурсу: “Перетягивание каната”.

### **1. Конкурс 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. 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. Ах, какой огромный стол!  
На каток идут зимой.  
Что же делать в летний зной?  
Пригодятся Коленьке  
С колесиками... (Ролики.)
5. Две ракетки и волан,  
Пышный, точно сарафан.  
Высоко волан взлетает -  
Сильно Лена отбивает. (Бадминтон.)
6. Этот конь не ест овса,  
Вместо ног 2 колеса.  
Сядь верхом и мчись на нем  
Только лучше правь рулём. (Велосипед.)
7. Кинешь в речку - не тонет.  
Бьёшь о стенку - не стонет.  
Будешь озимь кидать.  
Станет кверху летать. (Мяч.)

## **2. Хоровод.**

Команда стоит в колонну по одному. Первый участник добегают до фишки, возвращается в команду и берет за руку второго игрока. Затем они вдвоем добегают до фишки, возвращаются в команду и берут за руку третьего игрока, добегают до фишки и возвращаются в команду и т.д. Как только все участники выполнили задание – эстафету можно считать оконченной.

## **3. Попрыгунчики. (Мяч)**

Первый участник от каждой команды зажимает мяч между ног и прыгая вместе с ним, обегая стойку, возвращается назад. Передает мяч следующему участнику. Руками мяч держать нельзя! Если мяч падает, необходимо остановиться и поправить мяч, только затем продолжить движение. Побеждает та команда, которая закончила эстафету первой и с наименьшим количеством ошибок.

## **4. Ловкачи. (Ракетка и шар)**

Команда стоит в колонну по одному. В руках у первого игрока шар и теннисная ракетка. Его задача пронести шар на ракетке до фишки и обратно, а затем передать шар с ракеткой следующему участнику. Как только все участники команды выполнили это задание эстафету можно считать оконченной.

## **7. Кузнечики. (Скакалка)**

Участник добегают до фишки, где лежит скакалка, выполняет 5 прыжков, возвращается и передает эстафету товарищу.

## **8. Переправа. (2 обруча)**

По сигналу судьи участники начинают переправляться на другую сторону зала при помощи 2 обручей, касаются рукой стойки, оббегают ее и отдают обручи следующему участнику.

## **9. Меткий стрелок**

Мишенью будет служить обычное ведро, в которое участники станут метать мячи. Участнику каждой команды вручается по три мяча. Ведро-мишень установлено на расстоянии 5 метров от финишной черты. По сигналу первый игрок подходит к финишной черте и бросает мячи, стремясь попасть в ведро. За ним подходит следующий игрок, и так по очереди. Побеждает команда, которая больше забросит мячей.

## **10. Эстафета «Догони и прокати»**

Команды стоят в исходном положении ноги врозь. По команде 1-й бежит до ориентира с мячом в руках, обегает ориентир, бежит назад в конец колонны и

оттуда прокатывает мяч под ногами команды. Впереди стоящий берет мяч и продолжает бег.

### **11. Дружба**

Удерживая лбами, воздушный шарик и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.

### **12. Спортивная ходьба**

В нашей эстафете процесс ходьбы будет таким: участники, делая шаг, пятку одной ноги должны вплотную приставить к носку другой. То есть с каждым шагом участники будут передвигаться вперед только на длину подошвы их обуви. Дошли до обруча, который лежит на дистанции 8 метров, взяли мяч, который лежит в кругу, и таким же шагом назад. Передали мяч следующему участнику, который должен положить мяч в круг, и стали в конец колонны. Так до последнего человека. Кто нарушает правила, начинает дистанцию с самого начала. На старт, внимание, марш!

### **13. Бег «на трех ногах»**

От каждой команды выделяются по два представителя. Пары становятся у линии старта. Левая нога одного участника приматывается или привязывается к правой ноге другого. По сигналу ведущего связанные пары устремляются к финишу наперегонки.

### **13. Собери слово**

Добежать до противоположной стороны зала, взять 1 лист с буквой и вернуться обратно. Эстафета считается законченной, когда команда выстроилась, держа перед собой составленное слово. Использованные слова: СЧАСТЬЕ! КРАСОТА! ДОБРОТА!

### **14. Перевертыш**

Участник из каждой команды должен добежать до стула, на котором лежит лист бумаги и ручка. Ему нужно быстро написать свое имя, наоборот, а потом бегом добраться до своей команды, чтобы побежал следующий участник. Важна не только скорость в этом конкурсе, но и правильность написания имен. Победит та команда, в которой будут выполнены эти 2 условия.

### **15. Красавица**

Принцип тот же — каждый участник по очереди добегает до стула, надевает на себя платок и кричит: «Я красавица». После этого бежит обратно к команде, передавая эстафету следующему участнику. Победит та команда, которая будет и быстрой, и самой смешной.

### **16. Торпедоносцы**

Участник должен зажать между коленками пустую пластиковую бутылку, и в таком положении добежать до стула. При этом он должен выкрикивать такую фразу: «Первая пошла, вторая пошла, третья пошла!». Задание должны повторить все. Как обычно, главное — скорость.

### **17. Пауки с паутиной**

Из команды выбирается 4 человека, они должны стать спинами друг к другу и сцепиться в кольцо руками. Так получится паук, которому нужно по проложенной веревке (паутине) добраться до стула, а затем вернуться обратно. Если у вас веревки нет, то можно нарисовать линию мелом. Детям в этом конкурсе обязательно нужно сохранить вид паука и не заступать за пределы паутинки.

### **18. Переносим раненого**

Из команды нужно выбрать 3 человека. 2 человека — это носильщики, а 1 — раненый. Задача таких троек перенести раненого быстрее соперников, но при этом нужно быть не только быстрыми, но и аккуратными, чтобы раненый не выпал из носилок.

### **Подведение итогов.**

#### **Ведущий:**

Провели мы состязанья  
И желаем на прощанье  
Всем здоровье укреплять  
Мышцы крепче накачать.  
Всем ребятам мы желаем  
Не стареть и не болеть  
Больше спортом заниматься  
И в учёбе не отстать!  
Всем спасибо за вниманье,  
За задор и громкий смех,  
За огонь соревнованья,  
Обеспечивший успех!

Занимайтесь спортом, укрепляйте свое здоровье, развивайте силу и выносливость. До новых встреч!