МОКУ Долдканская СОШ

сценарий

Веселые старты для 1-4 классов

«Горжусь тобой

Отечество!»

приготовила: Овсянникова И.В.

**Цель**: пропаганда комплекса ГТО.

**задачи:**

1.Знакомство с комплексом ГТО.

2.Развитие ловкости, координации, целеустремленности.

3.Воспитание ЗОЖ.

4. Привлечение обучающихся к самостоятельным занятиям физической культурой и спортом.

**оборудование**: маты, скакалки, мячи баскетбольные, малые, кегли, стойки, скамейки.

музыкальное оборудование, мультимедио.

**Оформление зала**: плакаты- «Готов к труду и обороне», «Горжусь тобой Отечество!»

Подготовительная работа для детей:

-придумать название команд;

-разучить приветствие.

**Ведущие**: врач- педагог в костюме,

 2 силача- обучающиеся в костюмах.

**Жюри**- старшеклассники.

**Ход веселых стартов.**

В соревнованиях участвует начальная школа, делится на две команды, количество участников должно быть равным.

**Звучит спортивный марш.**

**Врач**: «Здравствуйте ребята! Я сегодня в роли врача и даю вам рекомендации к здоровью и желаю вам на соревнованиях получить заряд бодрости и веселья, показать свою ловкость, быстроту, смекалку.»

Название и приветствие команд:

1. «Прийти к победе совсем не просто, но мы пройдем через тернии к звездам».

2.На быстрой ракете достигнем высот,

 не зря отправляемся в сложный полет».

Сегодня мы готовимся к сдаче ГТО(расшифровка-современная)

Просмотр видеоролика по ГТО.(понятие, значки)

К нам на помощь пришли два силача которые покажут и помогут как правильно сдавать комплекс ГТО и готовиться к сдаче ГТО.

**1силач:** «Я спорт- все виды спорта близкая родня.

Объездил все страны мира я,

ребята всюду ждут меня.

А вы меня ждали?»

**2силач**: «Я физкультура, как песня мы нужны друг другу.

Крикнем громко детвора, наш привет….

Физкульт- ура!»

Ребята показывают отжимание, подтягивание, пресс, прыжки с места, гибкость и т.д.

**Врач:** «А теперь и мы будем готовиться к сдаче ГТО, развивать ловкость, смекалку, а силачи нам помогают.

1. **Разминка.**

отжимание-5 раз(чья команда быстрее)

пресс- 5раз(чья команда быстрее)

приседание- 5раз(чья команда быстрее)

1. **«Ядро барона Мюнхаузена**».

В роли ядра- мяч. Необходимо оседлать ядро, зажав его между колен, и проделать путь от отметки и обратно.

1. **«Меткий стрелок**» - необходимо попасть мячом в цель. (количество попаданий).
2. «**Раки- забияки»-** участник передвигается на четвереньках задом на перед, а обратно – бегом. (кто быстрее)
3. «**Теннис»**- в руках участника теннисная ракетка, ему необходимо добежать до отметки и обратно пронеся надувной шарик.
4. **«Попрыгунчики**»- первые игроки выполняют прыжки в длину с места, место приземления отмечается, вторые прыгают от линии первого и т.д. (Чья команда дальше)
5. «**Перейти болото**»- каждой команде выдаётся по два коврика(картон) , необходимо преодолеть расстояние, переступая с одного коврика на другой.
6. **«Повяжу шёлковый платочек**»- на двух стойках натянута верёвка, к ней подвешены воздушные шары, на них нарисована матрёшка, первые участники бегут и повязывают платок, второй участник бежит и снимает платок, передаёт следующему и т.д.

Врач: «Вот и подходят к концу соревнования, жюри подводит итоги, а мы ребята померяемся силой – перетягивание каната.

«Вот и получили мы кусочек здоровья, психологическую разрядку и веселое настроение», предоставляем слово жюри; итоги- награждение.

Врач:

 «Мы за смелость, азарт, быстроту,

 Мы за вежливость и доброту.

Мы, гордимся тобой Отечество!

Мы, стремимся сдавать ГТО,

И всё это мы- на пути к ГТО».