**ГОАОУ «ЦОРиО»**

**Конкурсно-игровая программа**

**«Эстафета добра»**

**группы 5 «а», «б», «в», «е», 4 «б», «в» класса**

подготовила и провела:

Бессонова Н.Ю.

г. Липецк – 2022г.

**Форма проведения**: спортивная эстафета

**Место проведения**: спортивный зал

**Участники**: обучающиеся 5-х классов

**Возраст**:  10-11 лет

**Состав команд**: по 10 человек

**Цель:**  пропаганда здорового образа жизни

**Задачи:**

1. содействовать повышению интереса к активному и здоровому образу жизни;
2. развивать  интерес к физической культуре;
3. воспитывать чувство коллективизма, товарищества, взаимовыручки

**Инвентарь:**   кегли, конусы, обручи, баскетбольные мячи, воздушные шары,  теннисные мячи, 9 верёвочек, 3 тарелки,  “ковры-самолёты” (обычные коврики), листочки с буквами, листочки с вопросами.

Зал украшен воздушными шарами, плакатами.

"Веселые старты"

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься,

Заниматься нужно нам!

**Ход мероприятия**

**Ведущий:** Здравствуйте, дорогие ребята! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня в нашем спортзале! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”! И наш спортивный зал превращается в весёлый стадион! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте! А победит та команда, которая не испугается трудностей и преодолеет все препятствия. Желаю вам успеха!

**Ведущий:** Теперь пришло время познакомиться с командами. В соревнованиях участвуют 2  команды по 10 человек. Названия команд соответствует названию цвета на отличительных знаках на груди каждого игрока.

1. Команда «Зеленых»
2. Команда «Синих»

**Ведущий:**  А сейчас я хочу представить вам наше жюри. Идёт представление жюри

**Ведущий:**  Каждая эстафета будет оцениваться по трехбалльной системе. Всего будет 10 эстафет плюс визитная карточка и девиз каждой команды.

**Ведущий**:   А сейчас  я предлагаю командам выбрать капитанов. Капитаном может быть только самый ловкий, самый смелый, самый сообразительный. Есть такие в ваших командах?

**Дети:**  Есть!   (Выбирают капитанов)

**Ведущий:**  Ну и конечно у каждой спортивной команды есть свой девиз. А какой девиз у наших команд мы сейчас узнаем.

Звучат девизы.

**Ведущий**:  Спасибо командам. А сейчас напутственные слова участникам соревнований (выступление детей).

Если хочешь стать умелым,

Сильным, ловким, смелым,

Научись любить скакалки,

Обручи и палки.

Никогда не унывай,

В цель мячами попадай.

Вот здоровья в чём секрет –

Всем друзьям – физкульт-привет!

Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

Физкульт-ура!

В мире нет рецепта лучше,

Будь со спортом неразлучен,

Проживёшь 100 лет –

Вот и весь секрет!

Мы праздник мира, дружбы открываем.

Спортивный праздник закипит сейчас!

Мы спортом дух и тело развиваем,

Он наполнит силой каждого из вас!

**Ведущий**:  Итак, с командами и членами жюри познакомились, напутствие услышали – пора начинать соревнования!

**1 эстафета**.

«**Разминка»**.  Игрокам каждой команды нужно добежать до противоположной стороны зала, огибая кегли стараясь их не зацепить и не уронить и вернуться обратно обычным бегом.

**2 эстафета**.

**«Бег на одной ноге».** По сигналу ведущего первый участник команды начинает прыгать на одной ноге к финишной отметке. Достигнув её таким образом, он возвращается обратно обычным бегом и передаёт эстафету следующему игроку.

**3 эстафета**.

**«Передача мяча над головой»**

Участники стоят в одну  колонну и передают мяч друг другу над головой из рук в руки. Последний участник получает мяч, бежит вперед, встает первым в колонне и передает мяч следующему и т.д. Побеждает команда, у которой капитан окажется первым.

**4 эстафета**.

**«Кенгуру».** А сейчас вы превратитесь в кенгуру, и будете выполнять прыжки с мячом между ног. По сигналу играющие, стоящие первыми, зажав мяч между коленями, прыжками передвигаются к кегле стоящей в конце  зала огибают её и так же возвращаются обратно.

**5 эстафета**.

**“Дружба”.**  Удерживая лбами воздушный шар и взявшись за руки, два участника команды бегут до финишной отметки и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре. Следует иметь в запасе несколько надутых шаров.

**6 эстафета.**

**«Змейка».**  Участвует вся команда сразу. Игроки  каждой команды встают друг  за другом держась за талию впереди стоящего. По команде каждая команда бежит змейкой между расставленными кеглями, стараясь их не зацепить и не уронить.

**7 эстафета.**

**«Бег на трёх ногах».** У двух игроков связывают ноги: правую ногу одного и левую ногу другого. Обнявшись друг с другом, игроки передвигаются до противоположной стены и обратно. Затем точно так же следующая пара «близнецов».

**8 эстафета.**

**«На ковре-самолёте».**  Участник садится на «ковёр-самолёт», берётся за него руками, и отталкиваясь ногами добирается до финишной отметки, затем взяв в руки «ковёр-самолёт»  бежит обратно и передаёт его следующему игроку.

**9 эстафета.**

**«Ветер».** Участник стартует на четвереньках, перед ним на полу теннисный шарик. Он дует на него и таким образом передвигает до финишной отметки, после чего берёт шарик в руки, бегом возвращается к месту старта и передаёт шарик следующему игроку.

**10 эстафета.**

**«Смекалка».**  Каждому из игроков команд нужно  добежать до стула у противоположной стены и принести по одному листочку с написанной буквой. В конце эстафеты каждая команда складывает из принесённых букв слово на полу. Кто первым сложит правильно слово – тот и победитель.

**Слова:   СМЕЛЫЕ, ЛОВКИЕ, УМЕЛЫЕ**

**Ведущий:**  Ну что же, все команды старались быть сильными, смелыми, ловкими. Все ребята честно боролись за победу. Ну а пока жюри готовится огласить окончательные итоги, предлагаю вам немного отдохнуть и отгадать спортивные загадки.

**Загадки**

1. Обгонять друг друга рады

Ты смотри, дружок, не падай!

Хороши они, легки, быстроходные… (Коньки)

1. Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На бруски набил я планки

Где же снег? Готовы… (Санки)

1. Он лежать совсем не хочет.

Если бросишь – он подскочит.

Бросишь, снова мчится вскачь

Отгадай, что это?...(Мяч)

1. На рояль я не похож,

Но педаль имею тоже.

Кто не трус и не трусиха

Прокачу того я лихо.

У меня мотора нет

Как зовусь?... (Велосипед)

1. Ног от радости не чуя

С горки снежной вниз лечу я!

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом?...(Лыжи)

Ведущий:  Молодцы, ребята! Все загадки отгадали правильно. А теперь предоставим слово нашему жюри.

**Подведение итогов.**

**Награждение команд.**

**Ведущий:**  Вот и закончился наш спортивный праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость!

На этом мы прощаемся с вами. До свидания! До новых встреч!