

**МКОУ «Куркинская начальная
общеобразовательная школа»**

Президентские состязания «Веселые старты»

в 4 классе

Подготовила: Комарова Н. А.

Президентские состязания «Веселые старты»

в4классе

Подготовила: Комарова Н. А.

Цели и задачи: 1. Формирование потребности у учащихся в здоровом образе жизни.

2. Создание духовной, творческой атмосферы, способствующей развитию творческого потенциала ребенка

3. Привитие интересов к различным видам спорта.

Оборудование

1. Вёдра – по количеству команд.
2. Луковицы – по количеству всех игроков.
3. Мячи – по количеству команд.
4. Скакалки, либо мел для разметки пути движения «паука».
5. Обручи – 8 – 12 штук.
6. Камешки – по 10 для каждой команды.
7. Оценочный лист.

Ход соревнований

«Весёлые старты»

1 конкурс

Представление команды

1 В. – Каждая команда должна представиться: название команды и свою кричалку.

2 В. – кто сделает это более громко и чётко – получит 5 баллов.

2 конкурс

Стрельба из лука

1 В. – Мишень – ведро. Лук – репчатый лук.

2 В. – Ведро ставится на расстоянии 5-ти метров дальше финиша. Луковицы лежат на финишной черте.

1 В. – Первый участник начинает движение от старта к финишу, берёт луковицу и кидает в ведро.

2 В. – После этого возвращается в команду, передаёт эстафету следующему участнику. Побеждает команда, которая не только быстрее закончит эстафету, но и будет точнее в «стрельбе».

3 конкурс

Фигурное катание

1 В. – Для участия в этом конкурсе, вам необходимо разбиться на пары. Пары берутся за руки: правая с правой, левая с левой.

2 В. – Оба поднимают по сигналу левую ногу и начинают прыгать от старта к финишу и обратно. Чья команда быстрее закончит катание – получает 5 баллов.



4 конкурс

Пингвины

1 В. – Пингвины очень интересно ходят, а ещё умудряются носить яйца со своими детёнышами между ног, чтобы те не замёрзли.

2 В. – Вы должны между коленок зажать мяч и нести таким образом до отметки и обратно. Не прыгать, а только идти.

1 В. – Чтобы «детёныш» не замёрз, необходимо передать его следующему игроку из ног в ноги, без помощи рук.

2 В. – Чья команда быстрее перенесёт своих детёнышей и при этом не «заморозит» - получает максимальное количество баллов.

5 конкурс

Паук

1 В. – В этой эстафете участвуют одновременно по 4 человека из команды. Они изображают паука: сцепляются руками, повернувшись спинами друг к другу.

2 В. – «Паук» должен добежать по начерченной на полу линии – «паутине» до отметки и обратно, передавая эстафету следующей четвёрке.

Команда «пауков» - победителей получает 5 баллов.

6 конкурс

Сороконожки

1 В. – Сороконожка, как известно, имеет много ножек и поэтому быстро бежит. Ваши команды в этом конкурсе преобразятся в сороконожек.

2 В. – Первый участник команды бежит до отметки и обратно, затем берёт с собой второго участника, который держится за пояс первого, и с ним совершает этот путь.

1 В. – Потом к паре добавляется третий, четвёртый и так до последнего игрока.

2 В. – Побеждает команда, быстрее других выполнившая задание и не потерявшая свои «ножки».

7 конкурс

Гусеница

1 В. – В отличие от сороконожки, гусеница передвигается медленно, «волнами». Бегут все участники команды одновременно, взявшись за руки.

2 В. – На пути движения «гусеницы» устанавливаются препятствия, под которые она должна пролезть или перелезть через них. Побеждает команда, чья «гусеница» окажется быстрее и проворнее.

8 конкурс

Сиамские близнецы

1 В. – А сейчас вам придётся буквально «срастись» спинами как сиамские близнецы. Для этого вам нужно стать друг к другу спиной и крепко сцепиться руками.

2 В. – Бежать в таком положении можно только боком. Поэтому первая пара боком встаёт на линию старта, боком бежит и так же возвращается, передавая эстафету следующим «сросшимся близнецам».

1 В. – Спины игроков на протяжении всего бега должны быть плотно прижаты друг к другу.

2 В. – Победит наиболее согласованная и быстрая команда.

9 конкурс

Игольное ушко

1 В. – Вдоль линии эстафеты на полу лежат по 2-3 обруча. Стартуя, первый участник должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Как нитка проходит через игольное ушко. Затем, добежав до следующего обруча, проделать с ним то же упражнение.

2 В. – И так со всеми обручами на прямом и обратном пути. Побеждает та команда, участники которой быстрее проденут «нитку», то есть проделают все операцию с обручами.

10 конкурс

Передай по цепочке

1 В. – Участники команд должны взять под руки своих соседей. По сигналу первые участники поднимают по одному камешку из лежащих перед ними кучек и передают соседям, которые передают их дальше по цепочке.

2 В. – Руки играющих должны быть соединены на протяжении всей игры. Если кто-то уронит камешек, то должен его поднять, не разрывая цепи

1 В. – Первый участник, передав первый камешек, может сразу же поднимать второй.

2 В. – Выигрывает команда, первая передавшая все камешки последнему игроку.

Награждение победителей.



