

Спортивный праздник «А ну-ка, девушки!» для учащихся 7-8 классов.

Цели:

Привить детям интерес к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Развивать ловкость, силу, подвижность, активность, смекалку, внимательность.

Воспитывать чувство коллективизма, доброжелательности.

Задачи:

Установить теснейшие связи между семьей и гимназией.

Развивать силу, ловкость, координацию, быстроту.

Формировать позитивные эмоции и к выбору здорового способа жизни.

Воспитывать любовь к физическим упражнениям и спорту, дружбу, взаимопомощь, поддержку и коллективизм.

Место проведения: спортивный зал, украшенный разноцветными шарами и плакатами.

Ход занятий.

Ведущий. Спортивный праздник снова нас собрал
В дружном школьном кругу.
«А ну-ка, девушки!» уже начинать пора –
Соревнования силы, ловкости и воли.
Пусть эти игры грации и красоты
Всем веселое настроение подарят
И доведут, что снова пришло время,
Когда здоровье и движение вместе идут.
Занятия спортом необходимы всем
Для успеха в жизни и процветания.
Поэтому приглашаем в наш спортивный дом
И шлем всем физкульт-привет и поздравления!

Под музыку песни «А ну-ка, девушки!» в спортивный зал заходят команды участницы.

Представление команд.

Ведущий.

Без судей невозможна игра, оценка точная – их задание.

Тогда их представить пора, им первое слово и поздравление.

Представляют судей, приветствие участников и гостей соревнований.

1 конкурс.

Передвижение до конуса, где делаем по 3 приседания и 3 отжимания, потом возвращаемся обратно.

2 конкурс

Бежать до конуса, держав ложку, в которой фасоль, развернуться и обратно.

3 конкурс

Чистка картофеля. 3 штуки.

4 конкурс

Помощь больному. Переноска больного (2 человека), забинтовать травму (1 человек).

Вопросы:

1. Вам за стол дали полотняную салфетку, куда её деть? (колени)
2. Вы накрываете на стол, куда кладёте вилку? (слева от тарелки)
3. Как правильно кушать хлеб? (отламывать кусочками)
4. Вы едите компот, куда косточки? (на тарелочку)
5. Как взять хлеб с общего стола? (руками)
6. Ложечку после размешивания, куда? (на блюдце)
7. Суп надо кушать с боку или как? (с боку)
8. Вилка, нож, как правильно пользоваться? (левая вилка, правая нож)
9. Какой рукой размешивают чай? (никакой)

5 конкурс

Зашивание пуговицы. (2 человека)

6 конкурс

Сделать причёску с бантиком.

7. Канат. (силовой конкурс)

Ведущий.

Мы судья дадим слово и послушаем результаты.
Судьи объявляют результаты соревнований и команду победительницу.

Награждение победителей.

Ведущий. Желаем здоровья всем и тепла.
В жизни лишь успехов и удачи.
Завершились соревнования – уже пора
Решать вам новые задачи.
Будьте здоровы и счастливы!
Будьте успешны и красивы!
Движение вам здоровья пусть прибавляет.
Ваша душа пусть горя не знает.

Таблица результатов

№/п	Наименование команд			
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
Итого				
Место				

Таблица результатов

№/п	Наименование команд			
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
Итого				
Место				

Таблица результатов

№/п	Наименование команд			
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
Итого				
Место				