

Спортивное соревнование "Вместе мы сила!"

Цель:

содействие пропаганде физической культуры, здорового образа жизни и активного отдыха.

Задачи:

Формирование здорового образа жизни.

Воспитание физической культуры и нравственной сплочённости.

Развитие спортивных и двигательных навыков у детей и взрослых.

Профилактика и предупреждение заболеваний детей.

Приобщение к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом детей совместно с взрослыми.

Демонстрация достижений участников.

К участию в соревнованиях допускаются команды. (10 детей)

Участники соревнований должны иметь спортивную единую форму и спортивную обувь.

Сроки и условия проведения

Соревнования проводятся _____

Начало соревнований - рекомендовано в 15.00.

Соревнования состоят из 8 эстафет и 1 музыкальная пауза.

Команда победительница определяется по наибольшей сумме набранных очков.

ХОД СОРЕВНОВАНИЯ:

Ведущий: "Здравствуйте, дорогие взрослые! Здравствуйте, дорогие ребята! Милости просим, дорогие болельщики и гости! Сегодня здесь, в спортивном зале собрались две дружные команды, а также многочисленные болельщики команд и наши гости! Здравствуйте!

Собрались мы здесь, чтобы помериться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Но это не главное в нашей сегодняшней встрече. Мы собрались, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться, посмотреть, что умеют наши дети.

Ведущий: наше жюри (представление жюри)

Предлагаю познакомиться с нашими командами:

"Представление команд" (1 конкурс).

Команды называют название команды и девиз, представляют эмблему.

Ведущий: перед началом нашего соревнования я хочу также обратить внимание на наши правила.

- Играем не ради корысти, а ради удовольствия своего, и других.
- Будь стойким. Не унывай при неудачах и не злорадствуй.
- Если выиграл - радуйся, но не зазнавайся.
- Не упрекай партнера за промахи, но постарайся поправить беду своими успехами.
- Сохраняй спокойствие независимо от исхода игры.

"Сложи слово" (2 конкурс).

2 скакалки, буквы.

Участникам предлагается сложить из букв слово «Физкультура».

Каждый член команды берет со старта одну (закрытую) букву и бежит к противоположной стене, на которой натянута веревка. Вешает букву на свое место и возвращается обратно, передавая эстафету. И так до тех пор, пока последний участник не вернется к месту старта и не будут сложены слова. (Только последний участник имеет право переставлять буквы)

Побеждает самая быстрая команда.

Если слова сложено неверно: за каждую букву "+1" очко в копилку соперника

Спорт, ребята, очень нужен,

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

"Бег в мешках" (3 конкурс)

Пропрыгать в мешке до стойки и обратно.

Конкурс на время.

"Дружба нам всего важней!

Побеждая,

Мы пройдем повсюду с ней!

В спорте другу помогая,

Сам становишься сильнее!"

"Лыжные гонки" (4 конкурс):

4 картонные коробки, 8 кеглей.

Используя картонные коробки как лыжи пройти между кеглями до стойки и обратно.

Конкурс на время.

"Собери утят" (5 конкурс)

4 обруча, 2 фартука, 2 клюва.

Разделится на пары (взрослый, ребенок)

В обруч становится два ребёнка, и они вдвоем бегут к стойке. Там ребенок остается и ждет, пока к нему переведут всех детей. Последняя пара бежит к стойке. Вместе с ними возвращается к линии старта.

МУЗЫКАЛЬНАЯ ПАУЗА

"Покажи свое умение" (6 конкурс):

участвует по одному болельщику от каждой команды

Им предлагается: попрыгать через скакалку и покрутить обруч. (кто дольше)

"Золушка" (7 конкурс).

"Золушка" Эстафету начинает 1 участник. Он берет в руки ведро, в котором находятся кубики, и по сигналу бежит вперед, на средней линии высыпает кубики, возвращается назад и передает пустое ведро 2 участнику. Он бежит, собирает кубики, передает ведро следующему, который вновь высыпает кубики. И так далее. В эстафете побеждает та команда, кто быстрее соберет "мусор" в ведро и вернется в команду.

Ведущий: Представляю слово жюри. (Жюри подводит итог)

Нелегким будет спор за каждую игру.

В одно мы верим искренне и свято.

Все те, кто любят спорт, –

Надежные ребята!

Эстафета. (8 конкурс)

Оборудование: обручи, туннель, кони.

Все становятся в колонну по одному, на коне доскакать до обруча, положить коня, пролезть сквозь 2 обруча, пролезть сквозь туннель, вернуться бегом к коню, доскакать к своей команде, передать эстафету следующему участнику.

А сейчас все на места вы становитесь

И немножко притаитесь.

Прошли все испытанья вы.

И без сомненья,

В конце пути, как обещали мы.
Вас ждут призы и награждения.
Объявление команды победителей. Награждение.

Ведущий:

Перед тем, как с вами попрощаться
Я хочу вам пожелать!
Здоровья крепкого,
Почаще улыбаться,
И никогда не унывать!
До свидания! До новых встреч.

Приложение 1.

НЕОБХОДИМЫЙ ИНВЕНТАРЬ И ОБОРУДОВАНИЕ

Веревка

2 комплекта букв слова (ФИЗКУЛЬТУРА)

2 мешка

8 кеглей

2 стойки

4 картонные коробки

6 обручей

2 скакалки

20 воздушных шариков

2 коня

2 туннеля

Протокол соревнований

№	Название конкурса		
1	Представление команды		
2	Сложи слово		
3	Бег в мешках		
4	Лыжные гонки		
5	Собери утят		
6	Покажи свое умение(болельщики)		
7	Золушка		
8	Эстафета		