**Сценарий внеклассного мероприятия “Веселые состязания ”**

 Цели и задачи:

-пропаганда здорового образа жизни и спорта, как альтернативы негативным привычкам ,

-формирование интереса к регулярным занятиям физической культурой,

-совершенствование двигательных качеств,

-закрепить спортивные знания, умения и навыки,

-формирование чувства товарищества,

-популяризация активной формы отдыха учащихся

- воспитание волевых качеств, сплоченности и дружбы

 Место и время проведения: спортивный зал

 Оформление:

-на стенах спортивного зала плакаты: “Здоровье в порядке – спасибо зарядке!”, “Здоровье – всему голова”, “Спорт и движенье – жизнь!”, “Чтоб здоровым, сильным быть, нужно спорт, друзья, любить”;

-аудиоаппаратура (для сопровождающей музыки при выполнении заданий).

 Участники: команды девочек и мальчиков, 5кл.

 Судейская коллегия: классный руководитель класса,1-2чел.(освобожденные).

 Ведущий:

Добрый день, дорогие учащиеся! Я рада приветствовать всех вас в нашем спортивном зале!

Мы игры веселые открываем,

На этот праздник приглашаем всех!

Здоровья, счастья, радости желаем,

Пусть Олимпийский к вам придет успех!

Команда “Красавицы”! Это решительно настроенная команда, не случайно выбрала красный цвет своей формы.

Команда “Богатыри”! Членов этой команды мы можем узнать по синему цвету футболок. Они настроены на честную борьбу.

Пусть жюри весь ход сраженья,

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит.

 Ведущий: Итак, с командами познакомились, жюри выбрали,– пора начинать соревнование!

Конкурс №1. “Челночный бег”. В руках первого участника кегля – это эстафетная палочка. Он начинает движение до финиша, оставляет кеглю, возвращается и передает эстафету касанием руки следующему участнику. Следующий участник должен забрать кеглю и принести ее к месту старта и т.д. Расстояние до финиша– 6 м. Побеждает команда, которая раньше закончит перенос кегли.

Конкурс №2. “Спортивная ходьба”. Передвижение осуществляется следующим способом – пятка одной ноги приставляется вплотную к носку другой ноги. Одновременно девочки вращают обруч, а мальчики осуществляют передачу малого баскетбольного мяча вокруг своей талии из одной руки в другую. Таким образом, надо преодолеть дистанцию для 5-классников – 3м.

Конкурс №3. Прыжки в длину. Первый участник встает на линию старта и выполняет прыжок с места. Второй участник осуществляет прыжок с места приземления первого и т.д.

Конкурс №4. Лыжные гонки. Перед каждой командой лежат овальные салфетки из плотного материала – это лыжи. Наступив на них, передвигаться, имитируя лыжный ход до определенного ориентира. Для 5 классов – 3 м. В случае, если нога соскальзывает с салфетки, нужно вновь встать на нее и продолжить движение. Выигрывает команда, которая раньше закончит эстафету.

Блиц-турнир

• Геометрическая фигура, размечаемая в центре футбольного поля. (Круг)

• Тонизирующий напиток, носящий имя великого футболиста. (Кофе Пеле)

• Любимая зимняя игра мальчишек. (Хоккей)

• Зимняя спортивная площадка. (Каток)

• То, во что забивают гол. (Ворота)

• Главный человек на спортивной площадке. (Судья)

• Куда забрасывают баскетбольный мяч? (В кольцо)

Конкурс №5. Каждой команде дается по 1 воздушному шарику, кусочек нитки. Необходимо надуть шарик и попасть в баскетбольное кольцо. Если шарик лопнул, дается дополнительный не надутый шар. Побеждает та команда, которая быстрее попадет в кольцо.

Конкурс №6. Вольная борьба. Команды встают спиной друг к другу. Цель – вытолкнуть за линию соперников. Можно упираться ногами, но помогать себе руками нельзя. Побеждает та команда у которой больше выигрышей.

Конкурс №7. Перетягивание каната.

Конкурс №8. Передвигаясь на четвереньках, игрок ведёт мяч при помощи головы ( лба) до кегли, затем, развернувшись спиной вниз и ногами вперёд, удерживая мяч на животе, возвращается к команде и передаёт эстафету следующему игроку.

 Ведущий:

Вот и подошли к концу наши «Веселые состязания».

Подведение итогов. Награждение сладкими призами и грамотами.

Всем спасибо за вниманье, за задор, за звонкий смех,

За огонь соревнованья, обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья, будет краткой наша речь.

Говорю вам “До свиданья, до счастливых новых встреч!”

Под звуки марша класс покидает спортивный зал.

