

Спортивно - развлекательная программа «Silly fun game».

(Глупая веселая эстафета).

Цели: Создание праздничного настроения, пропаганда здорового, активного образа жизни.

Задачи:

- научить детей проявлять свои индивидуальные возможности, привить им стремление к физическому самосовершенствованию;
- воспитывать чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, «здоровый дух соперничества»;
- укрепить здоровье учащихся. Развить у ребят наблюдательность, сообразительность, находчивость, ловкость, быстроту.

Фонограмма спортивного марша. Выход ведущего.

Добрый день, дорогие ребята и уважаемые гости! Очень рады видеть всех вас сегодня в отличном настроении! Мы начинаем самую спортивную из всех весёлых и самую весёлую из всех спортивных игр - «Silly fun game»! В ходе соревнований участники продемонстрируют свои качества в силе, ловкости, смекалке, быстроте, а также чувстве юмора! Встречайте команды!!!

Фонограмма. Парад команд.

«Представление команд».

Ребята, в процессе соревнований мы с вами должны соблюдать следующие правила:

- уважать своих соперников;
- оставаться скромными после победы;
- достойно переносить поражения;
- соблюдать правила игры.

Условия проведения соревнований: За победу в спортивной эстафете команда получает 3 очка, за поражение 1 очко.

Если все готовы, мы начинаем!

1 эстафета «Листок на ладони».

Участники встают друг за другом. Капитанам вручается лист бумаги форматом А4. По сигналу ведущего капитаны кладут лист на ладонь и начинают движение. Добегают до конуса, оббегают его, возвращаются к команде, передают следующему игроку. И так все участники команды, должны пронести листок на ладони. Команда, закончившая эстафету, поднимает руки вверх. Если лист упал с ладони, участник возвращается и

начинает свой этап с начала.

2 эстафета «Туфляброс».

Участники выстраиваются друг за другом. Напротив каждой команды лежит обруч среднего диаметра. Участники должны добежать до стоп - линии, снять кроссовок и, не трогая руками, «с ноги» отправить его в цель, в обруч. После того как вся команда выполнила задание, идет посчет обуви, которая попала в цель.

3 эстафета «Перетягивание каната».

Задание в этой эстафете перетянуть канат, но необычным способом. 2 команды встают спиной друг к другу, канат помещается между ног. И вот таким способом нужно перетянуть канат.

4 эстафета «Воздушный шар».

Участники выстраиваются в шеренгу друг за другом. Напротив каждой команды лежит обруч. Первому игроку в руки дается ненадутый воздушный шарик, рядом ставится корзина с грузом. Груз (шарики, кубики и др.) лежат в корзинке. По команде первый игрок надувает шарик, но не завязывает его, берет в руки корзинку с грузом, бежит до обруча, скидывает 1 шт. груза, бежит до ограничителя, оббегает его, возвращается обратно к команде. Передает следующему игроку: воздушный шар, корзину с грузом. Если шарик сдулся, игрок возвращается в начало эстафеты.

5 эстафета «Кольцо по линии».

Команды выстраиваются лицом друг к другу, берутся за руки. Первому игроку в руки выдается обруч, не распуская рук, участник должен пролезть сквозь обруч и т.д. все участники. Усложнить эстафету можно изменяя диаметр обруча: от большего к меньшему.

6 эстафета «Большая нога».

Для нее понадобится 2 обувные коробки. При помощи скотча приклейте к ним крышки. Вырежьте в коробках отверстие длиной 10 см и шириной 2,5 см.

Суть эстафеты заключается в следующем. Игрок должен просунуть свои ноги в отверстия коробок. По свистку начинается забег. Вернувшись, он должен осторожно снять коробки со своих ног и передать их следующему игроку.

7 эстафета «Магнетизм».

Для этого 2 команды игроков выстраиваются в колонну. Каждому игроку в команде выдается соломинка для коктейля. А первому участнику бумажная салфетка. Задача участников передать салфетку друг другу без помощи рук. Используя соломинку и воздух, который они будут вдвухать в себя через

трубочку, и этим удерживая салфетку. Если салфетка упала, эстафета начинается сначала.

8 эстафета «Воздуходув».

Участники выстраиваются в шеренгу друг за другом. Капитану выдается лист бумаги форматом А4. По команде капитан комкает листок, делая из него шарик, и при помощи дыхания должен «загнать» в цель, обруч, который лежит напротив команды.

9 эстафета «Широкие штаны».

Для этого 2 команды игроков выстраиваются в колонну по парам. Расстояние между ними должно быть не менее трех шагов. Размечаются линии старта и финиша. Командам выдаются широкие штаны на пару.

Первая пара игроков надевает штаны, руки кладут друг другу на плечо. Поддерживая штаны на уровне пояса другой рукой, они должны по сигналу добежать до финиша, оббежать размещенную там преграду и вернуться к команде. Вылезают из штанов и передают их следующим участникам. Соревнование длится до тех пор, пока все игроки не пробегут дистанцию в штанах.

10 эстафета «Колодец».

Задача каждой команды с помощью рук заполнить водой дуршлаг. У какой команды он переполнится, та и побеждает.

После завершения эстафет, счетная комиссия подсчитывает общий балл и выявляет победителя. Награждение.

Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Дорогие ребята и педагоги вы сегодня отлично соревновались, а ваши болельщики прекрасно за вас болели и это, несомненно, придавало вам сил.

Всем спасибо за внимание,

За задор и громкий смех,

За огонь соревнования,

Обеспечивший успех!

Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!