

Спортивный час

Ведущий:

*На спортивную площадку приглашаем всех сейчас.
Праздник спорта и здоровья начинается у нас.
Все хотим соревноваться, пошутить и посмеяться,
Силу, ловкость и сноровку покажите, поскорее не
ленитесь.*

Я думаю, что ваши аплодисменты и крики поддержки будут сопровождать каждый этап и каждое отдельно взятое соревнование. Болельщики готовы взять на себя такую ответственность?

Болельщики: Да!

Ведущий:

*Шаг вперед, команды наши.
Пусть посмотрят все на вас.
Праздник спорта и здоровья
Начинается у нас.
Скорость, ловкость и сноровку-
Все оценит в вас жюри.
Ну а вам - идти вперед,
Новый конкурс всех вас ждет.*

Но прежде чем нам праздник начать, хочу у вас узнать:

Хорошо ли вы знаете виды спорта?

- Назовите виды спорта, которые проводятся на воде.
- (плавание, водное поло, прыжки в воду, гребля, парусный спорт, водомоторный, водные лыжи).
- Назовите виды спорта, в которых используются лыжи.
- (лыжные гонки, биатлон, прыжки с трамплина, фристайл, водные лыжи, горные лыжи).
- Назовите спортивные игры, в которых в мяч играют руками.
- (волейбол, баскетбол, гандбол, водное поло, бейсбол, лапта, стритбол, регби, американский футбол).

Ведущий: Команды к проведению спортивных соревнований готовы?

Команды: Да.

(проводится разминка)

Конкурс 2

Ведущий: что за чудо? Скок да скок.

Гляньте - тронулся мешок.

Эй, хватай его, ловите

Поскорей мешок держите.

Проводится конкурс «Прыжки в мешке».

Конкурс 2 «В руке ложка, в ложке картошка».

(Участники команд собирают с пола рассыпанный картофель ложками.

Победитель кто больше соберет картошки).

Конкурс 3 «Воздушный шар».

(Участники команд поочередно пробегают дистанцию с воздушным шаром по воздуху). Победитель тот, кто быстрее выполнит задание

Конкурс 4 «Рыбалка».

(две чашки с водой со спичками, участники команд ловят рыбу ложками).

Победитель тот, кто быстрее выполнит задание

Конкурс 5 «Бег сороконожек».

(Участники команд все вместе должны бежать выполняя задания

ведущего(сели, встали и т.д.)

Конкурс 5 «ШТОРМ»

(Участникам команд поочередно необходимо выдуть воду из тарелки (каждый дует только один раз)/Победитель тот, кто быстрее выполнит задание)

КОНКУРС 5 «Бег с мешком»

(Участникам команд привязывают к ноге набитые сеном мешки, и выполняется бег). Победитель тот, кто быстрее выполнит задание

Соревнования завершены, слово жюри.

Ведущий:

Помните, чтоб расти и закаляться,

Нужно спортом заниматься.

Благодарим всех участников сегодняшнего мероприятия

Закаляйся, детвора!

В добрый час!

Физкультура!