

«СИЛЬНЫЕ, ЛОВКИЕ, СМЕЛЫЕ»



Учитель физической культуры
I квалификационной категории
МБОУ «Новожилкинская СОШ»
Т.В.Миллер

ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ-



ЗДОРОВАЯ СТРАНА!

СПОРТИВНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ В 1 КЛАССЕ

Цели:

- укрепление здоровья детей.
- всестороннее развитие физических качеств
- пропаганда здорового образа жизни

Задачи:

- разучить технику беговых упражнений в условиях соревновательной деятельности
- развивать у детей интерес к занятиям физической культурой
- воспитывать чувства дружбы, доброжелательности, дисциплинированности, коллективизма, интерес к совместному проведению досуга

1 ЭСТАФЕТА «МОЙ ВЕСЕЛЫЙ, ЗВОНКИЙ МЯЧ»

Команды строятся в колонну по одному, впереди капитан. На линии старта в гимнастическом обруче лежат мячи по количеству участников. По сигналу участники берут по одному мячу и бегут до ориентира, где лежит еще один обруч, кладут в него мяч и бегут обратно, передают эстафету следующему участнику. Мячи должны лежать все в обруче



2 ЭСТАФЕТА «СОБЕРИ УРОЖАЙ»

Команды строятся в колонну по одному. У первого участника в руках ведро, в котором лежит «картошка» (мячи, кубики). По сигналу участник бежит и раскладывает (садит) картошку по одной в лунки (разрезанные мячи), обегает ориентир, бежит к своей команде. Следующий участник собирает картошку



3 ЭСТАФЕТА «ПРЕОДОЛЕЙ ПРЕПЯТСТВИЕ»

Команды строятся в колонну по одному. По сигналу первый участник бежит к гимнастическим матам, которые лежат горкой, перелезает через них, обегает ориентир, бежит к своей команде и передает эстафету следующему участнику



4 ЭСТАФЕТА

«КОМБИНИРОВАННАЯ ЭСТАФЕТА»

Команды строятся в колонну по одному. По сигналу участник бежит и преодолевает препятствие «мышеловка», далее пролезает в обручи на стойках, далее пролезают через тоннель (тряпичный мешок без дна на обруче), обегает ориентир и возвращается к своей команде. Передает эстафету следующему участнику



5 ЭСТАФЕТА «КТО СИЛЬНЕЕ»

Команды в колонну по одному выстраиваются на средней линии площадки напротив друг друга. Первым становится капитан или самый сильный участник. Вместо каната первые участники держатся за гимнастическую палку. Какая команда быстрее перетянет на свою сторону площадки соперников, та и становится победителем в этой эстафете



**Отдохнули мы на славу
Победили все по праву
Похвал достойны и наград
Вручить медали мы вам рады!**



Всем спасибо за внимание,
за задор и звонкий смех

За огонь соревнования,
обеспечивший успех

Вот настал момент прощания,
будет краткой наша речь



Говорим всем до свидания,
до счастливых новых встреч!