

Внеклассное мероприятие в 1 классе

«Сильные, ловкие, смелые»

Цели задачи:

1. Укрепление здоровья детей.
2. Развитие у детей интереса к физической культуре, понимание значения спорта в жизни человека.
3. Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства дружбы, интерес к совместному проведению досуга.
4. Пропаганда здорового образа жизни.

Оборудование и инвентарь:

свисток; гимнастические обручи; гимнастические маты; обручи на стойках; стойки (флажки или кегли); кубики; мячи (резиновые большие или малые); гимнастическая палка; свисток.

Ведущий:

Здравствуйтесь дорогие ребята и уважаемые гости.
Мы рады приветствовать вас на нашем спортивном мероприятии **«Сильные, ловкие, смелые»**. Для того, чтобы сохранить хорошую форму и не болеть, нужно заниматься спортом, физическими упражнениями и закаляться. Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселые соревнования на два часа!

А теперь хочу спросить у вас...

Таких, кто с физкультурой не дружат никогда,
Не прыгают, не бегают, а только спят всегда,
Не любят лыжи и коньки, и на футбол их не зови.
Раскройте нам секрет – таких здесь с нами нет?
(Дети хором отвечают «нет»).

Кто с работой дружен - нам сегодня нужен? (Нужен)
Кто с учебой дружен - нам сегодня нужен? (Нужен)
Кто со спортом дружен - нам сегодня нужен? (Нужен)
Таким ребятам хвала и честь, такие ребята среди нас есть? (Есть).

Дети! Слушайте сейчас.
Вот спортивный наш наказ: соревнуйтесь в дружбе, мире,
Места нет у нас задире. Маленьких не обижать.
Что же, можем начинать!

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 пролезает 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.



Ведущий:

Для подведения итогов праздника командам построится (команды строятся в центре спортивного зала)

Сегодня проигравших нет
Есть просто лучшие из лучших
Пусть в каждом сердце дружбы свет
Зажжет поступков добрых лучик.

Для подведения итогов слово предоставляется жюри (объявляются итоги в командном зачете спортивного мероприятия, проводится награждение).

Отдохнули мы на славу
Победили все по праву
Похвал достойны и награды
И мы медали вручить вам рады!



Поздравляем команды!
Желаем всем быть сильными, ловкими, быстрыми и
обязательно дружными.

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!