**Внеклассное мероприятие «Весёлые старты»**

**для учеников 1-4 класса**

**Цель:** 1. Развивать у ребят интерес к спорту, понимать значение спорта в жизни человека.

2. Приучать учащихся к здоровому образу жизни.

**Место проведения:** спортивный зал.

**Оборудование:** обручи, мячи, гимнастические палки.

**Предварительная подготовительная работа:**

1. Класс делится на несколько команд.

2. Каждая команда готовит свою эмблему, девиз и песню.

**Ход соревнований:**

Команды выстраиваются в спортзале для участия в весёлых стартах.

**Учитель.** Ребята, сегодня мы проводим спортивную игру «Весёлые старты». Спорт необходим в жизни каждого человека. Ведь не зря говорят, что человек должен быть красив и духовно, и физически. В нашем классе все дети любят спорт. Мы потому и проводим сегодня наши "Веселые старты'". Сейчас мы будем представлять команды.

*Команды показывают свою визитку, девиз.*

Желаю всем удачи и побед.

**1. Первое задание: «Бег с шариком».** Пробежать с шариком, лежащим на тетради; по очереди вся команда, кто быстрее.

**2. «Метание мяча».** Метание мяча в баскетбольное кольцо, чья команда больше забросит мячей.

**3. Бег в мешках.** Вся команда должна пробежать до отметки и назад. Кто вперёд закончит бег.

**4. Эстафета.** По сигналу, первый участник команды бежит до флажка и обратно, хлопает по ладони руки следующего участника — передает эстафету. Победит тот, кто, первым достигнет финишной черты.

**5. «Бег со скакалкой».** Каждый из команды, прыгает через скакалку и обратно. Затем передаёт скакалку следующим и так далее до победы.

**6. «Передача мяча».** Вы все стоите на своих местах и держите руки над головой. Нужно по очереди передать мяч над головой в конец команды, победит та команда, которая быстрее передаст мяч.

**7. «Бег змейкой с мячом».** Каждый член команды должен пробежать змейкой между расставленными кеглями с мячом в руках, на финише ударить мячом об пол и поймать его, добежать до следующего игрока и передать ему мяч броском от отметки.

**8. «Прыжки с мячом».** .Для эстафеты потребуется мяч. Вы должны, зажав мяч между ногами, допрыгать с ним до отметки и обратно, как можно быстрее, передать мяч другому участнику и так вся команда. Если мяч кто – то выронил, то начинает всё сначала. Чья команда быстрее?

**9. «Кто быстрее?».** По одному человеку от каждой команды по очереди прыгают на двух ногах до обруча, пролазят через него и бегут обратно.

**10. Конкурс с мячом “Прокати мяч”.** Мяч катить одной рукой по скамейке, затем взять его в руки и бегом назад к своей команде.

**11. “Перенеси кубики”.** У линии старта кубики по количеству детей; брать нужно по одному и переносить в обруч; назад – бегом.

**12. Конкурс для капитанов “Собери картошку”.** Участвуют капитаны команд. С завязанными глазами собрать как можно больше картошек из обруча, лежащего на полу (собирать в ведерко). Брать по одному.

**13. А сейчас у нас эстафета “Прыжки в длину”.** Первый участник встает на линию старта и совершает прыжок с места в длину. Проводим черту по носкам обуви того, кто прыгнет. Следующий участник, не заступая черты, тоже совершает прыжок в длину. Таким образом, вся команда совершает один коллективный прыжок. Самый длинный командный прыжок – победный.

**Учитель:** Давайте дадим слово жюри и узнаем, чья команда сегодня стала самой лучшей, самой быстрой, самой внимательной, самой дружной и спортивной. Итог нашего мероприятия, жюри называет победителя.

**Учитель:** Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

Физкульт – ура!