**Цель:** Вовлечение УЧАЩИХСЯ к занятиям физической культуры и спорта с целью укрепления здоровья.

**Задачи:**

1.Укрепление здоровья детей.

2.Развитие у детей интереса к физической культуре, понимание значения спорта в жизни человека.

3.Воспитанте любви к физической культуре и спорту, чувства дружбы, интерес к совместному проведению досуга.

4.Пропаганда здорового образа жизни.

Место проведения: большой спортивный зал сш№7

Оборудование и инвентарь: свисток, стойки( кегли), мячи, обручи,лошадки,канат

***Учитель:***

Здравствуйте дорогие ребята и уважаемые гости.!

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!

Позвольте открыть наш спортивно-оздоровительный праздник «Веселые старты».

А теперь я хочу спросить у вас…

Таких, что 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 средь нас есть? («Есть»).

Слово предоставляю детям

***Чтец 1*** Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом- крепко дружим!

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно!

***Чтец 2***Что надо знать, как здоровым стать

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом не разлучен.

Проживешь сто лет-

Вот и весь секрет!

***Чтец 3***Зарядка всем полезна,

Зарядка всем нужна!

От лени и болезней

Спасает нас она!

***Чтец 4*** Я хочу, друзья, признаться,

Что люблю я по утрам

Физкультурой заниматься, Что советую и вам!

***Чтец 5*** Всем зарядку делать надо,

Много пользы от нее

А здоровье вам в награда За усердие твое!

**Учитель**:На площадку по порядку

Становись скорее в ряд!

На зарядку на зарядку

Приглашаем мы ребят!

С ребятами проводится разминка «Физкультура»

Что такое физкультура?

«Физ» и «куль» и «ту» и «ра»

Руки вверх, руки вниз

Это «физ»

Крутим шею словно руль

Это «куль»

Ловко прыгай в высоту

Это «ту»

Бегай полчаса с утра

Это «ра».

Занимаясь этим делом, будешь сильным, ловким, смелым!

Плюс хорошая фигура-

Вот , что значит физкультура!

Вы размялись хорошо-

Праздник веселей пошел,

Ждут вас новые задания

Не простые испытания.

Эй ,команды смелые,

Дружные, умелые

На площадку выходите,

Силу, ловкость покажите!

 **Команда№1**

Название: «Сильные»

Девиз: Ни шагу назад, ни шагу на месте,
А только вперёд и только вместе.

**Команда № 2.**

Название: «Смелые».

Девиз: Светить всегда, светить везде
И помогать друзьям в беде.

**Представление жюри.**

**Учитель**:Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить команды будут учителя физкультуры. (представление членов жюри).

Пусть жюри весь ход сраженья
Без промашки проследит.
Кто окажется дружнее.
Тот в бою и победит.

Итак, с командами познакомились – пора начинать соревнование

**УЧИТЕЛЬ:**Дети! Слушайте сейчас

Вот спортивный наш наказ:

Соревнуйтесь в дружбе, мире,

Места нет у нас задире,

Маленьких не обижать,

Что же, можем начинать!

**1 конкурс « Эстафета с флажком»**

По сигналу ведущего 1 участник команды бежит до финишной отметки, возвращается обратно. Передаёт флажок следующему участнику.

**2 конкурс «Кенгуру»**

По сигналу ведущего 1 участник команды зажимает мяч между коленками ,бежит до финишной отметки, возвращается обратно. Передаёт мяч следующему участнику.

**3 конкурс для капитанов «Переправа».**

У каждой команды по обручу - это «лодка». Команды должны переплыть в «лодке» с одного берега на другой. Определяются линии старта и финиша. По сигналу учителя капитан садится в «лодку», берет с собой одного игрока и помогают ему «переплыть» на другой берег. Затем возвращается за следующим игроком. Можно брать с собой только одного пассажира. Команда, которая быстрее оказалась на другом берегу, выигрывает.

 **4 конкурс «Передай мяч снизу»**

Команды стоят в исходном положении ноги врозь. По команде 1-й передает мяч второму участнику, последний участник берет мяч и становится впереди, оттуда передает мяч под ногами команды.

**5 конкурс «Передай мяч сверху»**

Команды стоят в исходном положении руки врозь. По команде 1-й передает мяч второму участнику, последний участник берет мяч и становится впереди, оттуда передает мяч вверх в руки 2 участнику.

**6 конкурс – «Перетягивание каната»**

 (Каждая команда, количество участников в командах должно быть равным, перетягивает команды соперников по очереди, с каждой до двух побед)

Подведение итогов. Предоставляем  слово  жюри, которое подведет итог наших соревнований.

Учитель: Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций!

**Учитель:**

Провели мы состязанья

И желаем на прощанье

Всем здоровье укреплять

Мышцы крепче накачать.

Всем ребятам  мы желаем

Не стареть и не болеть

Больше спортом заниматься

И в учёбе не отстать!

Предоставляем  слово нашему уважаемому жюри, которое подведет итог наших соревнований и наградит победителей.

**Участникам вручаются грамоты, сладкие призы.**