

20.11.2018 р.

Сценарій Старти надій

Мета і завдання:

1. Поглиблювати знання, уміння та навички, що отримані учнями на уроках фізичної культури;
2. Сприяти зміцненню здоров'я учнів;
3. Залучати учнів до рухової діяльності за допомогою рухливих ігор і естафет;
4. Виховувати організованість, дисциплінованість і витримку.

Місце проведення: спортивна зала.

Інвентар: свисток; стійки; м'ячі баскетбольні, фішки; обручі.

Хід заходу:

Підготовча частина

1. Шиккування.

- Сьогодні ми зібрались, щоб позмагатись у силі, спритності, винахідливості, кмітливості і просто відпочити. Рада вас бачити здоровими, бадьорими, готовими до фізичних випробувань.

2. Привітання команд, вибір капітанів

Команда повинна була підготувати назву команди та привітання.

Основна частина

1. « Пролізь крізь обруч »

Два помічники (можна вболівальники) тримають, сидячі, на певній відстані один від одного обручі. Учасники пролазять спочатку крізь один обруч, потім, оббігають фішку і таким самим шляхом повертаються назад.

2. «Стрибки з баскетбольними м'ячами».

3. Естафета «Оббіжи кеглі»

Напроти кожної команди одна за одною розташовуються кеглі. За сигналом перший учасник оббігає кеглі «змійкою» і у той самий спосіб повертається назад, передаючи естафету наступному учасникові. За кожну збиту кеглю нараховується штрафне очко.

4. Конкурс «Подумай і відгадай»

. За правильну відповідь нараховується 1 бал.

СПОРТИВНА ВІКТОРИНА

1. Який м'яч є найважчим? (Баскетбольний)
2. У якій грі користуються найменшим м'ячем? (У настільному тенісі)
3. Із якою періодичністю проводяться Олімпійські ігри? (Один раз на 4 роки)

4. Які 5 літніх і 5 зимових видів спорту ви знаєте?
5. Якою є кількість гравців у волейболі, баскетболі, футболі? (Відповідно 6,5,11)
6. Якими видами спорту займаються Я. Клочкова, брати Клички? (Відповідно – плавання, бокс)
7. Який вигляд має емблема Олімпійських ігор? (П'ять переплечених кілець)
8. Яку ви можете назвати українську чотириразову олімпійську чемпіонку з плавання? (Яна Клочкова)
9. Які ви знаєте спортивні ігри? (Футбол, гандбол, баскетбол, регбі, волейбол, хокей, бокс, водне поло та інші)

Підведення підсумків, нагородження переможців.