

Спортивный праздник. Нам со спортом по пути! ГТО ждёт впереди!

**Цели:**

1. Развивать физические качества, красивую осанку, пластику движений;
2. Развивать волевые качества, стремление выполнять задания точно и быстро;
3. Воспитание «здорового духа соперничества».

Ход занятия:

Дорогие ребята! Сегодня холодно, хочется закутаться в тёплый плед и пить горячий чай, Но это не для нас. Ведь наши ребята за здоровый образ жизни. А чтобы не замёрзнуть будем двигаться и согреваться. Сейчас в нашем спортивном зале мы проведём весёлую эстафету под названием

« Нам со спортом по пути! ГТО ждёт впереди!»

В мире нет рецепта лучше,  
Будь со спортом не разлучен,  
Проживёшь ты до ста лет  
Вот тебе и весь секрет.

Представление команд.

Итак, сегодня в нашей эстафете примут участие две команды

*«Дружба»*

*Девиз:*

Девиз наш дружба и успех!  
Мы победим сегодня всех!

*И команда «Верные друзья»*

*Девиз:*

Мы команда, хоть куда  
В спорте все мы мастера  
Мы ребята просто класс  
Победи попробуй нас!

Вас приветствуют танцевальный коллектив девочек 3 «А».

Выходит мальчик в спортивной форме с медалями на груди-ГТО-шка и его друзья-спортсмены гимназии и читают стихи:

1. Хорошо спортсменом быть,

Дальше всех бежать и плыть,  
По горам ходить легко  
Далеко, далеко.

2. Хорошо играть в футбол,  
В баскетбол и волейбол,  
На коньках скользить легко  
Далеко, далеко.

3. Мы у солнца, мы у ветра  
Взяли пламенный задор,  
На секунды и на метры  
Мы ведем друг с другом спор.

4. В спорте нет путей коротких  
И удач случайных нет –  
Познаем на тренировках  
Все мы формулу побед.

Ведущий: Предлагаю вам ребята, как и ГТО-шка открыть свою формулу побед.

А перед началом игры я расскажу вам о наших правилах игры

1. Играем не ради корысти, а ради удовольствия своего и других
2. Если выиграл – радуйся, но не зазнавайся!
3. Играем честно, обидно когда проигрываешь, но не мухлюй!
4. Сохраняй спокойствие не зависимо от исхода игры!

Следить за выполнением этих правил будет **ЖЮРИ**: Юлия Сергеевна и Светлана Александровна и Доброва М.Н.

Но вот формальности закончены, можно начинать.

За каждое правильно и быстро выполненное задание команда будет получать очки-за победу-2, а за проигрыш-1.

## КОНКУРСЫ

1. Разминка-гладкий бег с мячом.

**Чтобы нормы сдать на пять**

**Это надо точно знать**

**Быстро надо бегать**

**Ловко надо прыгать**

2. Челночный бег
3. Прыжки в длину верёвочкой 5 м+5д
4. А теперь мы отдохнём и поиграем в мяч.

Вид спорта- бросок мяча, у кого остался мяч, тот и проиграл. Жюри считает виды спорта у каждой команды.

5.Передал-садись(попади в корзину)

**Чтобы в нормах победить**

**Надо ловким , сильным быть!-**

6.Отжимания по сумме команды.

7.На ловкость проверка- Комбинированная эстафета.

**Финал:**

У праздника есть начало, у праздника есть конец.

Кто с нами играл и смеялся, тот был у нас молодец!

Поздравляем победителей, просим не унывать побеждённых, самое главное не победа, а участие!

### **Протокол соревнований команд 4-х классов**

**« Нам со спортом по пути! ГТО ждёт впереди!»**

№	Эстафета	Дружба	Верные друзья
1	Разминка-бег с мячом		
2	Челночный бег		
3	Прыжки командные –веревочка		
4	Виды спорта		
5	Передал-садись		
6	Отжимания		
7	Комбинированная		
	Итоги Место		

Главный судья \_\_\_\_\_ Добрава М.Н.