

## **Веселые старты для учащихся 3-4 классов.**

**Участники:** 3 «А», 3 «Б», 4 «А», 4 «Б»

**Инвентарь:** эстафетные палочки, конусы, мячи баскетбольные и футбольные, кубики, обручи, мешки для прыжков, тарелки, конфеты.

### **1.. Представление команды**

*Оценивается форма, приветствие, название, девиз.*

### **2. «Бег с эстафетной палочкой»**

*По сигналу судьи первый участник с палочкой в руках бежит до конуса, оббегает его, возвращается обратно, передаёт палочку следующему участнику и встает в конец колонны. Как только палочка оказывается снова у первого участника - эстафета закончена.*

*Штрафы:*

- заступ за линию старта;
- потеря палочки;
- сбитый конус.

### **3.. «Ведение баскетбольного мяча «змейкой».**

*По сигналу судьи, от линии старта, каждый игрок команды выполняет ведение баскетбольного мяча одной рукой «змейкой» между четырёх конусов. Обратно к команде игрок возвращается с ведением мяча одной рукой также «змейкой». Как только мяч оказывается снова у первого участника - эстафета закончена.*

*Штрафы:*

- заступ участника за линию старта.
- участник, потерявший мяч во время ведения, начал повторное ведение не с места потери мяча.
- касание конуса
- сбитый конус
- выполнение передачи раньше установленной отметки.

### **4. «Посадка и сбор картофеля»**

*По сигналу судьи первый участник с ведром, в котором находятся 3 кубика, бежит до первого обруча, кладёт один кубик в обруч. Бежит ко второму обручу, кладёт кубик в обруч, далее бежит к третьему обручу и кладёт последний кубик в обруч. Оббегает конус и бегом возвращается к команде, передаёт ведро второму участнику. Второй участник собирает все разложенные кубики в ведро, оббегает конус, возвращается к команде и так далее. Как только ведро оказывается снова у первого участника - эстафета закончена. Кубик обязательно класть, а не бросать.*

*Штрафы:*

- заступ за линию старта;
- кубик выскочил за пределы обруча;
- бросок кубика;
- сбитый конус;
- потеря ведра.

### **5. «Прыжки в мешках»**

*По сигналу судьи первый участник залезает в мешок ногами и прыгает до конуса, оббегает его, возвращается обратно, передаёт мешок следующему участнику и встает в конец колонны. Как только мешок оказывается снова у первого участника - эстафета закончена.*

*Штрафы:*

- заступ за линию старта;

- не залез в мешок ногами;
- сбитый конус.

#### **6. «Сладкая жизнь»**

Участник, пробежав до стула с миской, в которой находятся конфеты, не помогая себе руками, должен взять в рот 1 конфету, после чего возвращается к своей команде и передает эстафету следующему участнику

**Штрафы:**

- заступ за линию старта;
- потеря конфеты;
- передача эстафеты;

#### **7. «Футбол»**

У каждой команды футбольный мяч. Задача ребят, катая мяч по полу руками и обводя конусы передать эстафету следующему участнику. Как только мяч оказывается снова у первого участника - эстафета закончена.

**Штрафы:**

- заступ участника за линию старта.
- участник, потерявший мяч во время ведения, начал повторное ведение не с места потери мяча.
- сбитый конус
- выполнение передачи раньше установленной отметки.

#### **Положение о проведении «Веселых стартах» 3-4 классы.**

#### **Цели и задачи:**

1. организация здорового досуга;
2. укрепления здоровья учащихся;
3. популяризация физической культуры младшего школьного возраста;
4. выявление талантливых детей для пополнения контингента спортивных школ.

#### **Сроки и место проведения:**

23.12.2020.г. 11.00-12.00 в большом спортивном зале.

#### **Участники и состав команды:**

В соревнованиях участвуют команды от класса, допущенные по состоянию здоровья.

Состав команды: 10 человек (5 мальчиков, 5 девочек)

Форма одежды спортивная.

**Ответственные за проведение:** Смирнова.О.В.

#### **Программа соревнований:**

В программе «Веселых стартов» - 6 эстафет. Команды 3-4 классов выполняют эстафеты классическим способом. По сигналу судьи команды начинают эстафету. Эстафета считается законченной, когда все участники выполняют задание. После каждой эстафеты каждой команде начисляются очки по их приходу к финишу. Пришедшим 1-ми- 1 очко, 2-ми 2 очка, 3-ми – 3 очка, 4-ми – 4 очка. За каждое нарушение правил команде дается одно штрафное очко. Представление команд оценивается. После проведения всех эстафет подсчитываются количество очков в каждой команде. Чем меньше итоговое количество очков, тем выше место у команды.

#### **Награждение:**

Классы, занявшие призовые места, награждаются почетными грамотами. Награждение состоится после проведения соревнований.

<b>Команды</b>	<b>Представление</b>	<b>«Бег с эстафетной палочкой»</b>	<b>«Ведение баскетбольного мяча «змейкой».</b>	<b>«Посадка и сбор картофеля»</b>	<b>«Прыжки в мешках»</b>	<b>«Футбол»</b>
<b>3 а</b>						
<b>3 б</b>						
<b>4 б</b>						
<b>4 а</b>						