

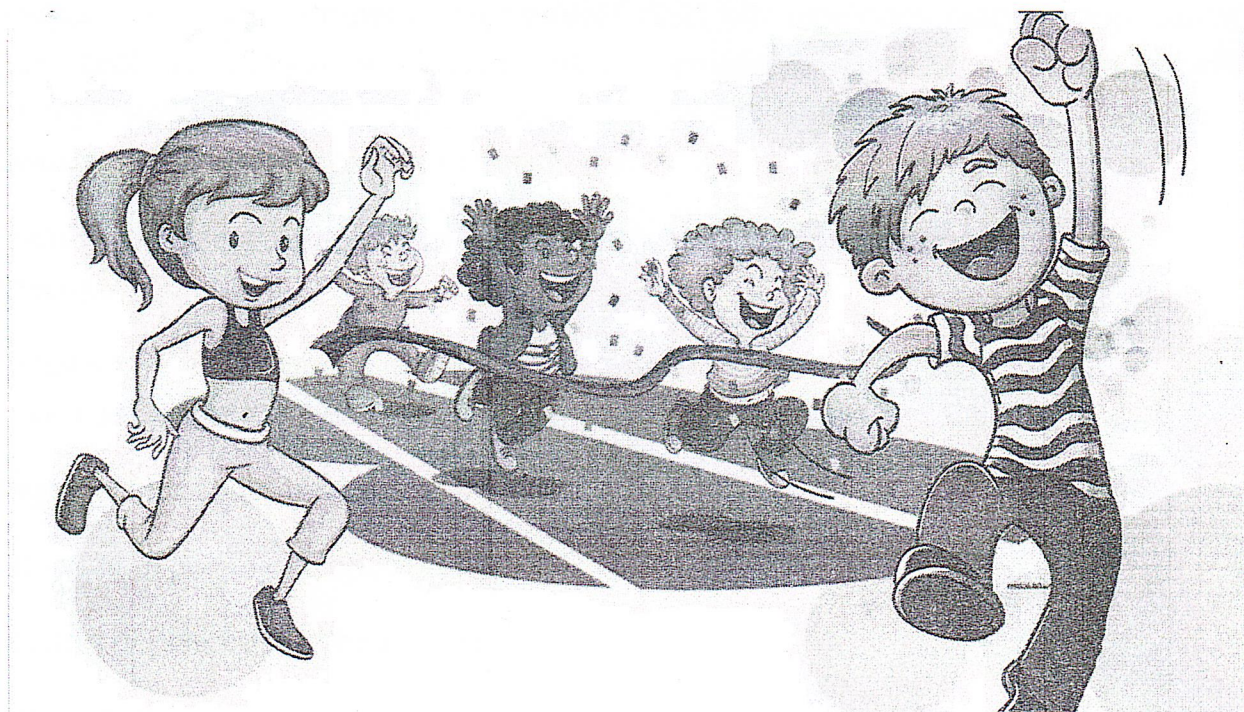
КГБУ «Троицкий центр

родителей» помощи

детям, оставшимся без попечения

Спортивно-развлекательное мероприятие «Энергичный движ!»

8+



Провела : Космынина С.Г

Спортивно-развлекательное мероприятие «Энергичный движ!»

Ход мероприятия:

Дорогие друзья, мы приглашаем занять свои места участников состязаний

**Добрый день ,дорогие участники ,болельщики и судьи! Приветствуем всех вас на празднике спорта ,силы ,быстроты ,ловкости и выносливости! А короче сказать на ПРАЗДНИКЕ ЗДОРОВЬЯ - «Энергичный движ!»*

**Разрешите представить нашу судейскую коллегию которая будет оценивать наши состязания и давать им самую справедливую оценку:*

Цели: пропаганда спорта как альтернатива негативным привычкам ,создать праздничное настроение ,пропаганда здорового активного образа жизни; людей. Выявления талантливых детей.

ИНВЕНТАРЬ : мячи ,ОБРУЧИ,СКАКАЛКИ..

Ход праздника:

1. Построение команд в спортивном зале.

Ведущий: Добрый день, дорогие ребята и уважаемые гости! Очень приятно наблюдать всех вас сегодня в спортивном зале! Мы начинаем самую спортивную из всех весёлых и самую весёлую из всех спортивных игр - «Энергичный движ!»! В ходе соревнований участники продемонстрируют свои качества в силе, ловкости, смекалке, быстроте! Встречайте команды!!!

«Представление команд» Каждая из команд представляет себя в любой творческой форме.

Ведущий: Ребята, в процессе соревнований мы с вами должны соблюдать следующие правила:

уважать своих соперников;

оставаться скромными после победы;

достойно переносить поражения;

соблюдать правила игры.

Условия проведения соревнований: За победу в спортивной эстафете команда получает 3 очка, за поражение 1 очко.

2. Эстафеты.

1) Эстафета с мячом. Участники встают друг за другом. Капитанам вручаются мячи. По сигналу ведущего капитаны передают мяч через голову второму игроку, второй — третьему, и так до последнего. Последний, получив мяч, должен обежать

2) Эстафета «Кенгуру». Зажав между ногами (выше колен) мяч, двигаться

следующему игроку. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, вернуться на то место, где мяч выпал, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету.

3) Эстафета «Двойной цепной паровозик». В эстафете принимают участие все участники команды, начиная с первого, который бежит до ориентира и обратно, цепляет второго, бегут до ориентира и обратно, оставляя первого и цепляя третьего и т.д.

4) Обводка кеглей мячом. Игрок должен обвести все кегли футбольным мячом, прийти до финиша. Взять мяч в руки и вернуться к команде.

5) Бег со скакалкой. Первый участник берет скакалку и прыгает на ней до финиша и обратно и передает эстафету второму участнику.

6) Мяч в кольцо. Команды построены в колонны по одному перед баскетбольными щитами на расстоянии 2 – 3 метра. По сигналу первый номер выполняет бросок мяча в кольцо, затем кладет мяч, затем второй игрок берет мяч и бросает его в кольцо и так далее. Выигрывает та команда, которая больше всех попала в кольцо.

7) Эстафета «Попади в цель». Перед каждой командой находятся обручи на расстоянии 3 метра, каждый участник забрасывает мяч в обруч.

3. Подведение итогов, награждение.

Ведущий: Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою силу, быстроту, ловкость. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Дорогие ребята, вы сегодня отлично соревновались у нас, есть победители, но, к сожалению, есть и проигравшие, но в нашем мероприятии победила дружба.