**Внеклассное мероприятие по физкультуре «Весёлые старты» 4а класс**

*Цели:* способствовать формированию у детей интереса к занятиям физкультурой; приобщать обучающихся к спортивным мероприятиям; формировать у детей стремление к здоровому образу жизни; закреплять навыки выполнения спортивных, циклических упражнений (ходьба, бег, прыжки в скакалку, прыжки с места, ведение, передача мяча и др.); воспитывать волевые качества, развивать стремление к победе, уверенность в своих силах; учить не только получать радость от своих результатов, но и переживать за своих товарищей; воспитывать уважительное отношение к соперникам по состязанию; формировать навыки сотрудничества детей друг с другом. *Оборудование:* кегли, 3 баскетбольных мяча, 3 волейбольных мяча, 3 малых мяча, 3 мешочка, 3 обруча, 3 скакалки, 3 гимнастических мата, листы-протоколы для членов жюри. **Орг. момент** (Построение) - Класс! В одну шеренгу становись! Равняйсь! Смирно! -Сегодня урок физкультуры у нас не совсем обычный. Сейчас состоятся спортивные соревнования «Весёлые старты». В состязаниях примут участие 3 команды. -Вы должны проявить быстроту, ловкость, силу, меткость, а ещё внимание, организованность и спортивную дисциплину. -Помните: «В дружбе сила!» -----Уважайте товарищей по команде, соперников! Соблюдайте технику безопасности! Умейте честно побеждать, достойно проигрывать! -Желаю всем успехов и спортивных побед! -Следить за соревнованиями будет компетентное жюри, в составе которого –родители ( представление членов жюри ) -А теперь слово командам!( Представление команд . Команды **«Стрела**», «**Молния**» и «**Дружба**» выстраиваются у стартовых линий, капитаны представляют название, команда хором произносит девиз.

-Начинаем состязания!

**1 эстафета «С мешочком на голове».** - Нужно проявить ловкость, координацию, сохранять равновесие, не уронив мешочка с головы. Падение мешочка - штрафное очко.

**2 эстафета «Перенеси мячи в обруч».** У капитана в руках 3 мяча: баскетбольный, волейбольный и малый. Он переносит их в обруч и возвращается к команде, передав эстафету следующему участнику, который должен забрать мячи из обруча и передать их следующему. Задача - не ронять мячи при передаче, аккуратно укладывать их в обруч, следить за тем, чтобы они не выкатились из обруча. За нарушение правил – штрафное очко.

**3 эстафета «Ведение баскетбольного мяча».** За нарушение правил ( потерю мяча, неправильную передачу )- штрафное очко.

**4 эстафета «Мяч в тоннеле».** Задача участников - точно по тоннелю (между ног) прокатывать мяч. Последний, получив мяч, бежит в начало команды и продолжает передачу мяча.

**5 эстафета «Пингвины».** Участники передвигаются, зажав мяч между коленями. Потеря мяча - штрафное очко.

**6 эстафета «Переносим мяч в парах».** Участники переносят мяч в парах, зажав их животами, положив руки на плечи напарнику, передвигаются приставными шагами-прыжками. Потеря мяча – штрафное очко.

**7 эстафета «Гуськом - паучком».** Девочки передвигаются гусиным шагом, мальчики – паучками.

**8 эстафета «Прыжки в скакалку».** У противоположной стены зала напротив каждой команды лежат три скакалки. Участник добежав, выполняет три прыжка в скакалку и возвращается к команде, передав эстафету следующему.

**9 эстафета «Со скакалкой».** У капитана в руках скакалка в двойном сложении. Добежав до противоположной стены, он возвращается к команде, протягивает один конец скакалки следующему участнику. Растянув скакалку, они проносят её под командой. Участники один за другим перепрыгивают через скакалку. Продолжает эстафету уже второй участник и т.д.

**10 эстафета «Боулинг».** Перед командами выставляются кегли в ряд. Задача - сбить мячом как можно больше кеглей. Каждая сбитая кегля – дополнительное очко команде.

**11 эстафета «Проползи под аркой».** Перед командами посередине зала выложены маты. Участники работают парами. Первый, добежав до мата, встаёт в арку. После этого эстафету продолжает следующий – он пролезает под аркой. Вместе они добегают до противоположной стены, взявшись за руки. Возвращаются к команде, совершив синхронный прыжок через мат, не разрывая рук. За нарушение правил – штрафное очко.

**12 эстафета «Переправа».** У противоположной стены напротив каждой команды лежит мат. На нём-капитан. По свистку он бежит к команде, берёт за руку второго участника и переправляет до мата. Капитан остаётся, а второй бежит за третьим. Возвращаются вместе, второй остаётся на мате, а третий бежит за четвёртым и т.д. пока вся команда не окажется на мате. Победа присуждается самой дружной команде, не нарушившей правил. Дополнительное очко получит та команда, которая первой вернётся к стартовой линии и быстро выстроится в колонну. На старт! Внимание! Марш!

**13 эстафета «Передал – присел».** Капитан стоит напротив команды, выполняет бросок участнику, тот передаёт мяч капитану и присаживается на корточки и т.д. пока вся команда не окажется сидящей, а мяч в руках у капитана.

**14 эстафета «Кенгуру».** Участники команд выполняют прыжки в длину с места друг за другом. Побеждает команда, прыгнувшая дальше.

-Вот и завершились наши состязания. Пока жюри подводит итоги соревнований, мы можем с вами поиграть в игру «Футбол руками».

–Слово предоставляется жюри. Они объявят результаты соревнований. ( Награждение и вручение сладких призов)