*Сценарий праздника*

**ВЕСЕЛЫЕ СТАРТЫ**

**Цели:**

  - пропаганда  здорового образа жизни;

   - привлечение детей к систематическим занятиям подвижными играми;

   - пропаганда спорта, как альтернативы негативным привычкам.

**Ведущие:**

На спортивную площадку

Приглашаем вас!

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас!

**Ведущие:**

Помериться силой,

Побегать, попрыгать

Зовём на площадку друзей.

Весёлые старты вас ждут

На площадке,

Спешите сюда поскорей.

**Ведущий:**

 Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня на нашем стадионе! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – “Весёлые старты”! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте! Встречайте команды!!!

**Ведущий:**

Пусть жюри весь ход сраженья

 Без промашки проследит.

 Кто окажется дружнее,

 Тот в бою и победит.

**Представление  судей**

**Ведущие:**

На любимом стадионе

Все рекорды мы побьем

И на смену чемпионам

Очень скоро мы придем!

**Ведущие:**

Стать чемпионом, все мы знаем,

Задача сложная для всех!

Соревноваться начинаем -

И твердо верим в наш успех!

**Ведущий:**

Мы начинаем соревнования. В каждой эстафете определяется конкретный победитель. За победу команда получает – 1 место, за поражение – 2 место. Победитель соревнований определяется по наименьшему количеству набранных очков. В случае равенства очков победитель определяется по дополнительному конкурсу  «Перетягивание каната».

**Эстафеты:**

**1 эстафета: *Челночный бег***

**Ведущий:**

Чтобы прыгать научиться

 Нам скакалка пригодится

 Будем прыгать высоко

 Как кузнечики – легко.

**2 эстафета: *Бег  со скакалкой***

***Инвентарь: скакалки***

**3 эстафета  *«Самый быстрый»***

***Инвентарь: обручи, скакалки***

Бег до скакалки -  прыжки на скакалке 3 раза – бег обратно  – передача эстафеты

**4 эстафета *“На одной ноге”***

Прыжки до ориентира на одной ноге, после сменяем ногу – на другой ноге бегут до команды, передают эстафету.

**5 эстафета *«Кенгуру”***

***Инвентарь: мячи***

Зажав между ногами (выше колен) мяч, двигаться прыжками вперёд до ориентира и обратно. Вернувшись, передать эстафету следующему игроку. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, вернуться на то место, где мяч выпал, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету.

**6 эстафета**

***Инвентарь: обручи***

4 обруча разложены один за другим. Бегут к обручам, берут его двумя руками, поднимают над головой и пролезают через него. Обруч кладут на место и бегут к следующему обручу. Обратно возвращаются бегом по прямой.

**Ведущий:**

Если хочешь стать умелым,

Сильным, ловким, смелым,

Научись любить скакалки,

Обручи и палки.

Никогда не унывай,

В цель мячами попадай.

**7 эстафета *“Самый меткий”***

***Инвентарь: обручи, мячи***

Капитаны команд стоят на расстоянии от своих команд, лицом к ним, в руках у каждого обруч. Игроки по очереди пытаются попасть в обруч мячом.

**8 эстафета**  ***«Эстафета с волейбольным мячом»***

***Инвентарь: мячи***

Ведение мяча до ориентира, обратно бегом мяч в руках. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, вернуться на то место, где мяч выпал, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету.

**9 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.

**Ведущий:**

Чтоб проворным стать атлетом

Вам, напоследок – эстафета!!!

 Будем бегать быстро, дружно

 Победить вам очень нужно!

**10 эстафета**  *«****Эстафетная палочка»***

***Инвентарь: эстафетные палочки.***

Каждый участник бежит до ориентира и обратно,  передавая эстафетную палочку.

**Подведение итогов соревнований**

**Награждение**

**Музыка «Мы чемпионы»**

**Ведущий:**Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Дорогие ребята, вы сегодня отлично соревновались, а ваши болельщики прекрасно за вас болели и это, несомненно, предавало вам сил.

 **Ведущие:**

Всем спасибо за вниманье

За задор и громкий смех,

За огонь соревнования,

Обеспечивший успех!

Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!

Приложение

[**Передай другому**](http://veskon.ru/index.php?newsid=240)

[Подвижные игры и конкурсы](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=podvizhnye-igry) » [Эстафеты](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=yestafety)

Участник, стоящий первым в шеренге, между колен зажимает любой предмет длиной примерно двадцать сантиметров, это может быть палочка, маркер или даже пивная бутылка, и, крепко удерживая его коленями, несет его до женской шеренги, где без помощи рук передает предмет девушке, стоящей первой.

[**Грамотеи**](http://veskon.ru/index.php?newsid=233)

[Подвижные игры и конкурсы](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=podvizhnye-igry) » [Эстафеты](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=yestafety)

На стартовой линии каждой из команд выдается по маркеру, а на линии финиша вывешивается несколько больших листов бумаги, зависит от количества команд. Игроки бегут к листу, пишут на нем одно слово из заданной фразы, бегут обратно и передают эстафету следующему игроку.

[**Сомкнутые ноги**](http://veskon.ru/index.php?newsid=210)

[Подвижные игры и конкурсы](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=podvizhnye-igry) » [Эстафеты](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=yestafety)

Для начала игроки выстраиваются в одну шеренгу на старте лицом к финишной черте. Ноги у них сомкнуты вместе. Ведущий подает сигнал к началу «гонки», а игроки прыгают с сомкнутыми ногами до финиша и обратно.

[**Чехарда**](http://veskon.ru/index.php?newsid=86)

[Подвижные игры и конкурсы](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=podvizhnye-igry) » [Эстафеты](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=yestafety)

Игроки встают друг за другом на одной линии так, чтобы промежуток между ними был около 4-5 шагов. Каждый должен согнуться как можно ниже, пригнуть голову и опереться на согнутые ноги. Игрок, стоящий последним, разбегается и, опираясь на спину впереди стоящего, перепрыгивает через него, а затем поочередно и через остальных игроков. После этого он встает впереди.

[**Прыжки в мешках**](http://veskon.ru/index.php?newsid=85)

[Подвижные игры и конкурсы](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=podvizhnye-igry) » [Эстафеты](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=yestafety)

Первые игроки обеих команд надевают на ноги мешки и по сигналу водящего начинают эстафету — прыгая в мешках, они должны добежать до конца дистанции и, не снимая мешка, «допрыгать» до следующего игрока своей команды. Следующий игрок должен быстро надеть мешок на ноги и проделать все то же самое, что и предыдущий игрок.

[**Три ноги**](http://veskon.ru/index.php?newsid=84)

[Подвижные игры и конкурсы](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=podvizhnye-igry) » [Эстафеты](http://veskon.ru/index.php?do=cat&category=yestafety)

Каждой паре в каждой команде широким бинтом связывают чуть выше колен рядом стоящие ноги (естественно, разноименные). Партнеры держат друг друга за талию одной рукой. По сигналу водящего участники устремляются вперед, проходят всю дистанцию и передают эстафету следующей паре своей команды

[**Достань камешек**](http://veskon.ru/index.php?newsid=83)

Все участники разбиваются на пары. Соревнующиеся берут веревку за концы и растягивают ее в разные стороны. На расстоянии 1,5 метра от каждого игрока на землю кладут камешки. Судья дает свисток, после чего начинается перетягивание каната. Каждый из игроков, перетащив противника на свою сторону, должен попытаться достать камешек. Кому это удастся, тот и выиграл.

[**Бумажные шаги**](http://veskon.ru/index.php?newsid=82)

Для этой игры каждому игроку понадобится по два листа бумаги. Участники делятся на две команды. Сама игра напоминает эстафету. Выбирают место для старта. Каждая команда пробегает от старта до финишной черты. Но их бег усложняется тем, что наступать можно только на листы бумаги.

[**Передай палочку**](http://veskon.ru/index.php?newsid=81)

Первые игроки обеих команд встают на старт, в руках они держат палочку, с которой бегут всю дистанцию, а, вернувшись на старт, передают следующему игроку своей команды. Водящий дает сигнал о начале эстафеты, и игроки борются за звание победителей.

[**Челночный бег**](http://veskon.ru/index.php?newsid=20)

Вся длина дистанции делится пополам. Итак, участники игры сначала выбирают водящего, который подаст сигнал о начале эстафеты, а затем делятся на команды. Каждый из участников должен добежать до середины дистанции и дотронуться до черты, вернуться к старту, затем пробежать до конца дистанции, дотронуться там до черты и бежать к следующему игроку своей команды, чтобы передать эстафету.

[**Эстафета с мячом**](http://veskon.ru/index.php?newsid=19)

Все хорошо знают про бег в мешках. Это состязание часто используется в различных эстафетах с участием большого количества игроков. И чтобы разнообразить ее, можно добавить в игру новые элементы. Ими станут обычные мячики. Участников делят на две равные по числу игроков команды.

[**Не расплескав воду**](http://veskon.ru/index.php?newsid=18)

Эта игра тоже проводится в виде эстафеты. Все участники делятся на несколько команд. Играющие берут ведерки, наполненные водой, и по команде ведущего бегут к финишу. Вместо ведерка можно использовать любые другие емкости.

[**Горящая свеча**](http://veskon.ru/index.php?newsid=17)

Это своеобразная эстафета со свечой в руках. Все игроки делятся на команды. Капитанам команды выдается по горящей свече. Они встают впереди своих команд. По сигналу ведущего игроки бегут от старта к финишу и обратно с этой свечой, после чего передают ее следующим игрокам своей команды.

[**Кенгуру**](http://veskon.ru/index.php?newsid=16)

Эстафета проводится на большой открытой площадке. Участники игры сначала выбирают водящего, который подаст сигнал о начале эстафеты, а затем делятся на команды. Каждой команде выдается мяч. Игроки обеих команд встают на старт, а баскетбольный мяч зажимают между коленями ...