Веселые старты.

Проведение мероприятия 09.02.2018г.

Цель мероприятия:

Призвать школьников к здоровому образу жизни. Популяризовать физическую активность в жизни детей. Сплотить школьные классы между собой.

Содержание:

1. Приветствие команд.
2. Проведение веселых стартов.
3. Награждение команд.

Протокол мероприятия:

1. Участники делятся на 2 команды. 1 команда с названием «Стрела», 2 команда с названием «Адреналин»
2. Первое задание «Бег разминочный» участники выстраиваются в одну колонну и по команде начинают бег до фишки контрольной обегают и возвращаются обратно.
3. «Ручеёк» команды выстраиваются каждая на свою линию старта. Первый участник прокидывает мяч между ног до последнего участника, последний участник ловит мяч и бежит до фишки, обегает и возвращается обратно. Встает в начало колонны и прокидывает мяч между ног до последнего участника.
4. «Бег в обруче» команды выстраиваются каждая на свою линию старта. Первый участник бежит в обруче до фишки обегает ее и возвращается обратно, передает обруч другому участнику.
5. «Кенгуру» команды выстраиваются каждая на свою линию старта. Первый участник зажимает мяч между ног и по сигналу прыгает в сторону фишки, огибает ее и возвращается обратно, передовая мяч другому участнику.
6. «Ведение мяча змейкой» команды выстраиваются каждая на свою линию старта. Первый участник стартует, ведя мяч между фишками ногами до конца полосы, после этого возвращается и передает мяч другому участнику.
7. «Паровоз» команды выстраиваются каждая на свою линию старта. Первый участник бежит огибает фишку и возвращается за вторым участником берутся за руки и бегут уже вместе до фишки и так продолжают бежать пока не соберут всех участников команды.
8. «Перетягивание каната» команды встают друг на против друга, берут канат и по сигналу начинают его тянуть на себя.