

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования "Центр дополнительного образования"  
р.п.Тонкино Нижегородской области**

Спортивный праздник  
**«Вместе – мы сила»**

Разработала  
Удалова Наталья Павловна,  
тренер-преподаватель  
ЦДО р.п. Тонкино

2020 год

*Звучит бодрая музыка. На сцену выходит ведущий.*

**Ведущий:** Добрый, добрый, добрый день!!!

Почему на лицах тень?

Мы не стонем, не скучаем

Праздник спорта начинаем!

Всем-всем - здравствуйте!

То есть будьте здоровы!

**Ведущий:** Мы собрались сегодня здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Но не это главное в нашей сегодняшней встрече! Мы не будем ставить рекорды, определять чемпиона и выбирать самых ловких, смелых и сильных. Наша цель другая.

Мы собрались здесь для того, чтобы поближе познакомиться и еще крепче подружиться друг с другом. И неважно, кто станет победителем в сегодняшнем состязании. Главное, чтобы мы почувствовали атмосферу доброжелательности, взаимного уважения и понимания.

**Ведущий:**...А также плечо товарища по команде. Пусть эта встреча будет по-настоящему товарищеской!

Итак, настало время представить наших игроков!

*Звучат фанфары.*

**Ведущий:** Сегодня в нашем празднике спорта и здоровья принимают участие команды 1 «а» и 1 «б» классов! (*аплодисменты*).

*Звучат фанфары.*

**Ведущий:** Я призываю команды к честной спортивной борьбе и желаю успеха всем! Пусть победит сильнейший, а в выигрыше останутся наша дружба и сплоченность!

**Ведущий:** Чтоб провести соревнования,

Вам нужен опытный судья,

Такое, видно, уж призванье -

Арбитра вам представлю я!!!

*Звучат фанфары.*

**Ведущий:** Сегодня главными судьями наших соревнований будут наши педагоги: \_\_\_\_\_.

**Ведущий:** Для начала наших состязаний необходимо дать клятву. Прошу команды приготовиться и повторять за мной слово «**клянемся**».

Торжественно клянемся участвовать в соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят, и уважая соперников.

Все: Клянемся!

Клянемся бежать только в указанном направлении, шаг вправо, шаг влево считается попыткой к бегству.

Все: Клянемся!

Клянемся передвигаться только на тех конечностях, на которых разрешают правила.

Все: Клянемся!

Клянемся соблюдать олимпийский девиз: «Быстрее, выше, сильнее!», что значит: быстрее ветра не бегать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника судью не бить...

Все: Клянемся!

Клянемся использовать спортивный инвентарь строго по назначению - гирями больше 16 кг в соперников не кидаться.

Все: Клянемся!

Клянемся громче болельщиков не кричать, обувью в них не кидать!

Все: Клянемся!

Клянемся соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды.

Все: Клянемся!

**Ведущий**: Итак, команды готовы? Мы начинаем!

*Все эстафеты проходят под веселую музыку. Ведущий объясняет условия эстафеты.*

**1 эстафета «Весёлый мяч»** Первый участник катит мяч по полу рукой, второй – держит фитбол мяч перед собой и бежит туда и обратно.

**2 эстафета «Быстрая упряжка»** Первый участник надевает на себя обруч, держа его руками на уровне пояса, второй – держится за обруч сзади. Пара бежит в «упряжке» до стойки и обратно.

**3 эстафета** Участники строятся в колонну друг за другом. Первый – добегают до барьера, проползают под ним, оббегают стойку и возвращаются назад. Второй – перепрыгивает барьер сверху, оббегают стойку и возвращаются назад.

**4 эстафета «Сороконожка».** Участники в и.п. упор сзади, удерживают мяч на животе и двигаются спиной вперед до стойки. Обратно – гладкий бег (держа мяч в руках).

**5 эстафета «Найди свою обувь».** Участники снимают по одному кроссовку, кладут его в мешок. Мешок ставится на определенное расстояние напротив каждой команды. По команде участники прыгают на одной ноге до мешка, ищут свою обувь, одевают и бегут к своей команде, передают эстафету следующему игроку.

**6 эстафета «Велогонки».** Велосипед в этой эстафете заменит гимнастическая палка. Палку нужно оседлать сразу двум участникам (старшему и младшему). Каждому вело-дуэту, удерживая между ногами палку, предстоит доехать до поворотной отметки и обратно.

**7 эстафета. «Скейтборд».** Старший участник катит ребенка на скейтборде, (ребенок должен сидеть) до стойки и обратно (юноша катит мальчика, девушка катит девочку).

#### **8 эстафета «Родео».**

- 1) Девочки прыгают на мяче-прыгуне туда и обратно
- 2) Мальчики прыгают туда и обратно в мешке.
- 3) Девушки и юноши в паре, удерживая большой мяч грудью, двигаются боковым приставным шагом туда и обратно.