

"Веселые старты"

1-ая эстафета: «По грибы».

Подготовка : для данной эстафеты заранее вырезаются грибы, которые можно разукрасить по желанию, в зависимости от количества команд необходимо подготовить корзинки.

Проведение.

Учащиеся строятся в колонну по одному. Перед командами на протяжении всего пути разложены грибы, а в конце дистанции стоят корзинки. По сигналу преподавателя направляющие бегут по дистанции, берут гриб и относят его в корзину. После чего возвращаются к своим командам. Последний игрок каждой команды берет корзину с грибами. Побеждает команда первая закончившая эстафету

2-ой вариант эстафеты

Учащиеся строятся в колонну по одному в руках у направляющего корзина. По сигналу учителя направляющий бежит к месту где разложены грибы, берет гриб, кладет в корзину и возвращается обратно. Грибы можно собирать только съедобные. Побеждает команда которая быстрее и правильнее соберет грибы.

2-ая эстафета: «Ежики».

Подготовка: для каждой команды готовится половина яблока или картошки, спички, для всех участников один образец ежика который состоит из половинки яблока(картошки), в которое воткнуты спички.

Проведение.

Учащиеся располагаются в колонну по одному.

Преподаватель показывает командам образец ежика, которого они должны сделать. По сигналу преподавателя учащиеся по очереди подбегают к месту, где находятся составные части ежика. Каждый игрок имеет право воткнуть в яблоко только одну спичку, после чего он возвращается к своей команде. Побеждает команда первая собравшая ежа.

3-я эстафета: «Обведи кегли».

Команды строятся в колонну по одному. У направляющего в руках мяч и обруч. По команде учителя направляющие начинают катить мяч обручем обводя при этом кегли. Обратно возвращаются просто бегом. Побеждает команда первая закончившая эстафету.

4-ая эстафета: «Найди свой номер».

Подготовка: заранее из плотной бумаги вырезаются круги, диаметром 10-12 см. С одной стороны пишется номер. другая сторона просто разукрашивается.

Проведение.

Учащиеся строятся в колонну по одному и рассчитываются по порядку. Перед ними на определенном расстоянии лежат обручи, в которых находятся цветные круги, с обратной стороны которых написаны номера. По команде преподавателя направляющие бегут к обручам и ищут свой номер, с которым возвращаются к своей команде. Следующий игрок должен найти свой номер и т. д. Побеждает команда первая закончившая эстафету.

5-ая эстафета: «Художники».

Подготовка: заранее готовятся рисунки, состоящие из точек, которые соединятся отрезками, причем отрезков должно быть столько, сколько будет игроков в команде.

Проведение.

Учащиеся располагаются в колонну по одному. Их вниманию предлагается рисунок, который должна нарисовать каждая команда. На определенном расстоянии от команд висит лист бумаги на котором нарисованы пронумерованные точки. По свистку направляющие бегут к листам бумаги и проводят линию от цифры 1 к цифре 2, затем

возвращаются к своим командам. Остальные игроки также соединяют цифры отрезками, строго по порядку. Побеждает команда первая закончившая эстафету и выполнившая правильно рисунок.

6-ая эстафета: «Самые ловкие».

Команды строятся в колонну по одному. У направляющих в руках ракетка от бамбинтона и воланчик (воздушный шар). Пред каждой командой стоят гимнастические скамейки. По команде учителя направляющий подбивая воланчик должен пройти по скамейке и бегом вернуться обратно.

7-ая эстафета: «Собери мишку».

Подготовка:

Заранее на картоне рисуется Олимпийский мишка, который разрезается на различные детали (голова, уши, туловище и т.д. или в виде пазлов). Помимо этого необходимо нарисовать образец мишки.

Проведение.

Учащиеся строятся в колонну по одному. Рядом с каждой командой лежат составные части мишки. Перед командами чертится круг, в котором он будет собираться. По свистку направляющие берут любую деталь, бегут к нарисованному кругу и кладут ее, после чего возвращаются обратно. Следующий игрок берет другую деталь бежит к кругу и кладет ее таким образом, чтобы собирался мишка и т.д. Побеждает команда первая собравшая мишку.

Кроссворды по предмету: «Физическая культура» для учащихся начальной школы

Физическая культура – это не только культура движения, но и теоретические знания. Их закрепить и проверить можно с помощью загадок и кроссвордов. На занятиях по физической культуре мы знакомим детей с разным спортивным инвентарём, спортивными снарядами, видами спорта. Дети получают большое количество разнообразных знаний.

Лучше всего запоминание происходит в произвольной форме, стихотворные формы помогают усвоить материал. А из рифмы легко перейти и к вопросам загадкам – доскажи словечко; продолжи предложение; подбери рифму. Так постепенно дети учатся отгадывать загадки.

В загадках заключаются и логические цепочки, т.е. развивается и логическое мышление. Загадки и кроссворды очень актуальны при проведении спортивных досугов и праздников. Их можно предложить и в задания для совместного досуга детей и родителей. Школьный возраст самое прекрасное время для всестороннего развития, а физкультура, игра и литература хорошие помощники.

КРОССВОРД № 1

1. Чтобы бегать очень быстро,
Планку брать всё время «чисто»,
Мячик дальше всех метать
И, конечно, первым стать,
Каждый день с друзьями он
Приходил на _____

2. Он с тобою и со мною
Шёл лесными стёжками.
Друг походный за спиной
На ремнях с застёжками.

3. Взял в руки клюшку – не робей.
Игры нет лучше, чем _____

4. Здесь зрители сидят
И много шума ...
Как место называется?

5. Когда весна берёт своё,
И ручейки бегут звеня,
Я прыгаю через неё,
А она через меня.

6. Два коня у меня, два коня,
По воде они возят меня.
А вода тверда, словно каменная.

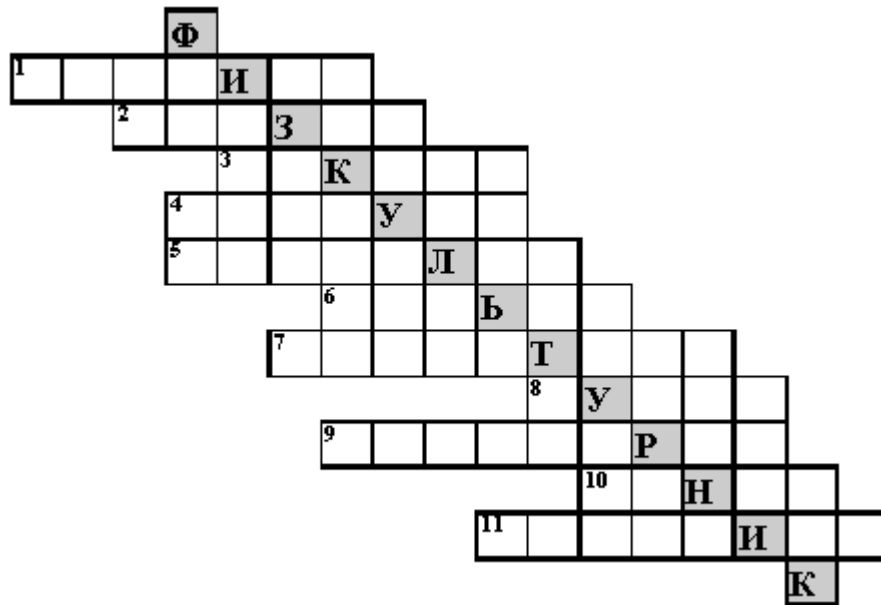
7. Щит с корзиной, мяч об пол ...
Мы играем в _____

8. Он не игрок, но спорить с ним нельзя,
Свистит всех громче кто?

9. Когда три вида спорта в сборе,
Их называют _____

10. Перетянул приятель – хват
Одной рукой в борьбе _____

11. Кушай морковку, салат, апельсины,
Спортсмену для силы нужны _____



КРОССВОРД № 2

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Перетянул приятель – хват
Одной рукой в борьбе _____

2. Он качалка и кровать
Хорошо на нём лежать.
Он в саду или в лесу
Покачает на весу.

4. Мяч ногами бьём – футбол,
А руками? - _____

6. Любит по лесу гулять,
В палатке спать,
И костёр разжигать.

7. Бега, двадцать попасть
В цель стремятся,
Двое стоят – преграды чинят.
Избрали для боя зеленое поле,
Обычно час тридцать побоище длится.

8. Я катаюсь на нём до вечерней поры,
Но ленивый мой конь
Возит только с горы.
А на горку всегда сам
Пешком я хожу
И коня своего за верёвку вожу

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

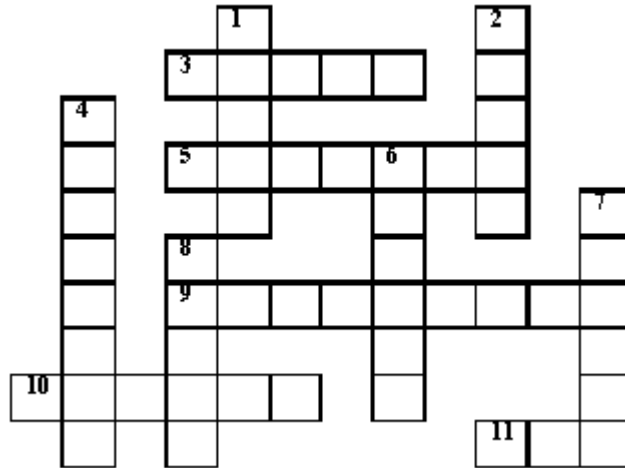
3. Ключкой её по льду мы гоняем
И в ворота забиваем.

5. Игра спортивная есть
Любителей её не счесть.
Мяч летит, и в поле сетка,
А в руках у нас _____

9. Это, дети, не турист
В гору лезет _____

10. Вышла на лёд ватага ребят,
Ключки об лёд громко звенят.
И шайба летит,
Мы крикнем: «О,кей!»
Игры не лучше, чем _____

11. Игра отличная футбол,
Уже забили первый _____



КРОССВОРД № 3

ПО ВЕРТИКАЛИ:

2. Два ремня висят на мне,
Есть карманы на спине,
Коль в поход пойдёшь со мной
Я повисну за спиной.

4. Я конём рогатым правлю.
Если этого коня
Я к забору не приставлю,
Упадёт он на меня.

7. Льётся речка – мы лежим,
Лёд на речке – мы бежим.

10. Кинешь в речку – не тонет,
Бьёшь о стенку – не стонет.
Будешь оземь кидать –
Станет кверху летать.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Я его кручу рукой,
И на шею и ногой,
И на талии кручу,
И ронять я не хочу.

3. Маленький, удаленький
Громко кричит,
Судье помогает,
Устали не знает.

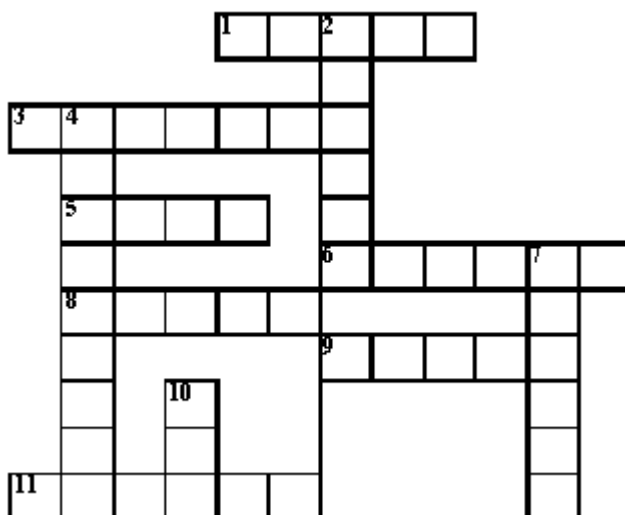
5. Две новые кленовые
Подошвы двухметровые:
На них поставил две ноги
И по большим снегам беги.

6. Палка в виде запятой
Гонит мяч перед собой.

8. Всё лето стояли,
Зимы ожидали.
Дождались поры,
Помчались с горы.

9. Эта птица не синица,
Не орёл и не баклан.
Эта маленькая птица
Называется _____

11. Что это у Галочки?
Ниточка на палочке,
Ниточка в воде,
Палочка в руке.



КРОССВОРД № 4

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. На ладонь он ляжет весь,
Не часы, а стрелки есть,
Он в дороге пригодится,
С ним нигде не заблудиться.

4. Через это препятствие
Приходится перепрыгивать
Лошади на скачках.

5. В соревнованиях участвовать
Каждый рад.
И ждут команды от судьи:
«На _____».

7. В море ветром понесло
Лебединое крыло.
Паренёк стоит на вахте,
Он матрос на этой _____.

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

2. В воскресный день
Пустынно в школе,
Бегут с мячом
Ребята в _____.

3. И от ветра, и от зноя,
От дождя тебя укроет.
А как спать в ней сладко!
Что это? _____.

4. Чтобы плавать
Научиться быстрее,
Надо нам ходить в _____.

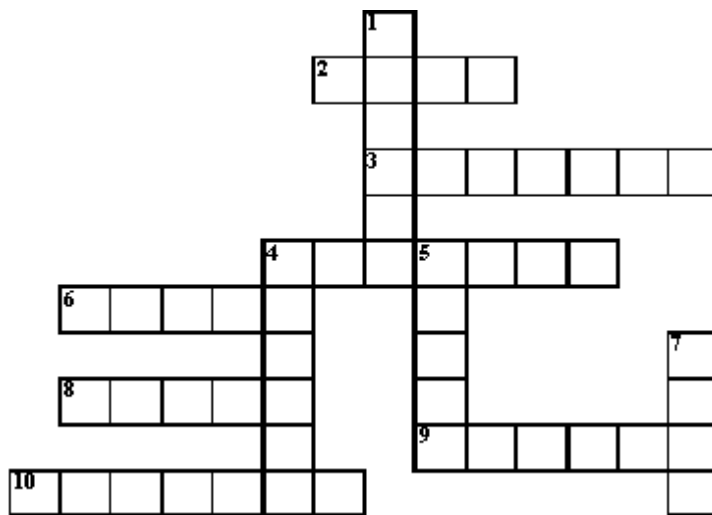
6. Станут два братца
В речке купаться:
Вынырнут вместе,
Вместе нырнут.

Лодке не месте
Стоять не дают.

8. Я смотрю не первый ряд:
По краям ладьи стоят,
Рядом вижу я коней,
Нет фигуры их хитрей,
Меж коней заключены
Наши храбрые слоны,
И ещё два поля есть,
А на них король и _____.

9. В походы ходит с рюкзаком,
С собою носит тёплый дом.
Готовит пищу на костре,
Но не в кастрюле, а в ведре.

10. Он в воротах стоит,
От мяча их сторожит.



КРОССВОРД № 5

1. В корзину мяч забить мечтаем,
Но соперник нам мешает.
Мяч ведут рукой об пол
В игре известной _____.

2. Под стеклом сижу,
Во все стороны гляжу,
В лес со мною заберёшься –
В пути не собьёшься.

3. Это что за молодец?
В бассейне плавает _____.

4. Гучек нет на горизонте,
Но раскрылся в небе зонтик.
Через несколько минут
Опустился _____.

5. От ворот до ворот
Бойко бегают народ.
На воротах этих
Рыбацкие сети.

6. Не пойму, ребята, кто вы?
Птицеловы? Рыболовы?
Что за невод во дворе?
- Не мешал бы ты игре.
Ты бы лучше отошёл,
Мы играем в _____.

7. В соревнованиях участвовать
Каждый рад.
И ждут команды от судьи:
«На _____».

8. Куда Ваня, туда мы.
Мы забава в дни зимы.
И отлично нынче мы
К башмакам привинчены.

9. Он не игрок, но спорить
С ним нельзя!
Свистит всех громче кто?

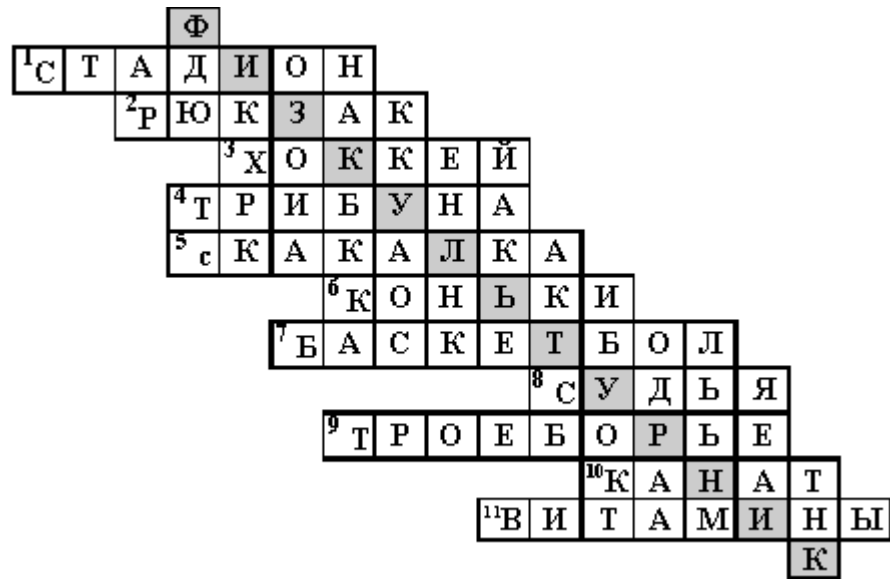
10. Кушай морковь, салат,
Апельсины
Спортсмену для силы нужны
_____.

11. Плывёт белый гусь -
Брюхо деревянное,
Крыло полотняное.

1		С						
2		П						
3		О						
4		Р						
5		Т						
6		Л						
7		А						
8		Н						
9		Д						
10		И						
11		Я						

ОТВЕТЫ

Кроссворд № 1



Кроссворд № 2



Кроссворд № 3



«Папа, мама, я-спортивная семья»

Цели:

- популяризация здорового образа жизни, физической культуры; приобщение к активному отдыху;
- сплочение коллектива учащихся и родителей;
- сотрудничество семьи и школы; повышение общественной активности;
- развитие коммуникативных умений;
- формирование навыков самореализации;

Оборудование:

Канат, баскетбольные мячи, обручи, кегли, вёдра, большие и малые мячи, платки, калоши или сапоги (45-47 размера).

Место проведения : спортзал или спортплощадка

Предварительная подготовка: разбивка на группы, выбор названия и девиза для каждой команды, подготовка спортивного инвентаря, разучивание спортивного танца, стихов.

1 ведущий:

- Привет, участники соревнований! Сегодня мы проводим традиционный спортивный праздник «Папа, мама, я- спортивная семья!»

2 ведущий:

- Внимание! Внимание! Дорогие болельщики, спортсмены, судьи! Мы от души приветствуем и поздравляем сегодня всех, кто вышел на старт! Наши команды «Крепкий орешек» и «Силачи» продемонстрируют умение бегать, прыгать, поднимать тяжести, желание сотрудничать и защищать честь своих семей. Успехов и побед нашим командам!
/Дети читают стихотворение Н.К. Питенко/

Чтобы достичь триумфа и почёта
В любых делах, науках и труде-
Всего нужней нам спортом заниматься,
Дух олимпийца отыскать в себе!
Чтоб осветил нас луч священного Олимпа,
И удостоится заветного венка,
Нужна нам воля, дерзость, вдохновенье
И совершенство тела и ума.

И, пусть, девиз «Сильней ,быстрее, выше!»
Нам станет звёздочкой на жизненном пути,
А олимпийский флаг, как нитка Ариадны,
Поможет курс нам правильный найти!

Летят вперёд года неудержимо,
И Сочи ждёт спортсменов и гостей.
Мечтаем, подрастают олимпийцы
Средь первоклассников и дружных их семей!

1 ведущий :

- А сейчас мы начинаем конкурсную программу!

1 конкурс «Попрыгунчики» (прыжки на больших надувных мячах «с ушками»)

2 конкурс «Яблочко» (первый игрок бежит к обручу с мячом, кладёт его в обруч и возвращается; следующий игрок бежит к обручу, забирает мяч и передаёт другому игроку)

3 конкурс «Пингвины» (Мяч зажат коленями, игроки быстро двигаются к финишу)

4 конкурс «Скороходы» (игроки надевают сапоги или калоши большого размера и бегут к финишу; родители помогают малышам обуваться)

5 конкурс «Кенгуру» (завернув края своих футболок, игроки переносят надувные шары)

6 конкурс «Огород» (в вёдрах находятся кегли: первый игрок «сажает овощи», разбрасывая кегли по дорожке, следующий «собирает урожай» и т.д.)

7 конкурс «Силачи» (папы поднимают гири)

8 конкурс «Перетягивание каната»

9 конкурс «Чужой бережок» (папы и мамы образуют руками «мостик», на котором переносят детей к финишу)

10 конкурс «Попрыгунья- стрекоза» (мамы прыгают на скакалке)

11 конкурс «Мини- футбол» (мимо фишек игроки ведут мяч ногами)

12 конкурс «Платок Победы» (первый игрок привязывает платок к обручу, следующий развязывает и т. д.)

13 конкурс « Казаки» (скачем на лошадках, сделанных из палки и картонной головы)

14 конкурс « Рыбалка» (на полу разбросаны бумажные рыбки со скрепками, игроки «ловят» рыбу удочками, на леске которых – магнит)

/ Во время конкурсной программы звучит весёлая музыка/

2 ведущий:

Семья- поистине высокое творенье.

Она даёт призванье и рожденье.

Семья для всех- основа всех начал!

Ведущий:

Сегодня наши семьи доказали, что им любое дело по плечу, что вместе мы- сила!

Взаимовыручка, дружба, сотрудничество, действительно, творят чудеса! Соперники, пожмите друг другу руки! Ура! Финиш! Поздравляем победителей!

/Судьи объявляют результаты, вручают победителям грамоты и призы. Под звуки спортивного марша все команды торжественно проходят по залу, зрители их приветствуют/