**Спортивный праздник .**

«Быстрые, ловкие, дружные, смелые».

Вступительная часть.

Здравствуйте, дорогие участники соревнований. Сегодня у нас замечательный день. Сегодня мы с вами покажем, какое наше поколение. Посоревнуемся в быстроте, ловкости и силе. Мы собрались для того, чтобы поближе познакомиться и крепче подружиться друг с другом. Пусть дружба объединит всех нас и подтвердим известную пословицу «В здоровом теле- здоровый дух!» Сегодня в соревнованиях принимают участие команды (название и девиз). Приветствуем членов жюри. Начинаем спортивный праздник. Всем пожелаем победы!

Основная часть.

Спортивные эстафеты 1 этап.

Эстафета парная. На старте команда делятся на пары. Один подгибает ногу в колене, придерживая её одной рукой, а другой завязывает себе глаза и кладёт свободную руку на плечи партнёру. По сигналу эта парочка преодолевает эстафетное расстояние, возвращается и передаёт

эстафету следующим участникам.

2 этап.

Первый участник берёт в одну руку корзину, а в другую мяч. После старта, с корзиной и мячом, участник добегает до обруча и выкладывает в него один предмет из корзины, т.е. облегчает корзину. Вернувшись к команде, он передаёт корзину и мяч следующему участнику. Тот проделывает то же самое. К концу эстафеты все предметы из корзины должны быть выложены в обруч. А последний участник должен снова их собрать в корзину и вернуться в команду.

3 этап.

Ребята должны будут встать в колонну, повернуться спиной к финишу.

Последний участник передаёт мяч впереди стоящему и перебегает в начало колонны. Как только первый участник достигает отметку - этот

этап окочен.

4 этап.

Ребята, вот перед вами скалка. Первый и последний участники команды берут скалку за ручки и всей командой садятся на неё верхом. Последний участник держит ручку скалки за спиной. В таком положении вам надо добежать до отметки.

1. этап.

Ребята, возьмите два мяча и зажмите один между щиколотками, а другой возьмите в руки. И в таком положении вам нужно будет добежать до обруча и вернуться обратно.

1. этап. Интеллектуальная пауза.

-царское головное отличие (корона);

-богатырская цифра (три);

-змей по батюшке (горыныч);

-разбойничья цифра (40);

-ведьмалёт (ступа,метла);

-головной убор для дурака (колпак);

-самая маленькая девочка (Дюймовочка);

-девушка с самой маленькой ножкой (золушка);

-не один в поле (воин).

1. этап.

Сидя на фитбольном мяче, участникам надо будет пропрыгать

свою дистанцию.

1. этап.

Следующий этап сложный. Ведь участнику нужно двумя мячами зажать третий мяч, донести до отметки и вернуться обратно.

1. этап.

Двум участникам встать лицом друг другу, зажать два мяча животами и, не уронив их добежать до отметки.

1. этап.

Спеть как можно больше песен из мультфильмов

**Заключительная часть.**

Построение. Подведение итогов.

Вот и подошли к концу наши соревнования. И совсем не важно, что мы сегодня не поставили мировые рекорды, главное - мы поставили рекорды сами для себя! Желаем вам здоровья и успехов. И давайте помнить о том, что преодолеть жизненные трудности будет легче, если мы будем вместе!

До свидания! До новых встреч!