МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Усть-Киранская средняя общеобразовательная школа-интернат»

671821, с. Усть-Киран, ул. Игумнова 8, А

[yst-kiran@yandex.ru](mailto:yst-kiran@yandex.ru)

**Спортивный праздник «За честь школы»**

Когда ребята только пришли в школу они мало что знали, умели.

Скажем так: были “одной ногой в калоше”:

“На одной ноге” - вот и придётся показать, как вы прыгали на одной ноге туда и обратно: прохождение детьми дистанции.

**1.**“На одной ноге” - бег до ориентира на одной ноге, после сменяем ногу – на другой ноге бегут до команды, передают эстафету.

- Вы набрались опыта и совсем вы не в калоше, всё сделали правильно.

**2 конкурс**. - Проходило время, ребята сдружились и стали связаны друг с другом чуть ли не в прямом смысле слова:

“Бег на трёх ногах” (прохождение дистанции детьми)

“Бег на трёх ногах” - бег со связанными ногами (по 1 ноге каждого из 2 участников связывают, обнимают друг друга за пояс одной рукой) до ориентира и обратно, передав эстафету следующей связанной паре.

**3 конкурс. -** Но всё же вы научились выполнять поставленные перед вами задачи, поручения. “Отнеси-принеси” - на противоположном конце площадки чертят по 3 круга. Первым игрокам вручают по мешочку с предметами. По сигналу дети бегут раскладывают все предметы по 1 в кружок и пустой мешок передают вторым номерам. Вторые номера бегут, собирают предметы в мешок и передают мешок следующему игроку и т.д., пока не соберут все предметы.

**4 конкурс**. - В ваших коллективах выделялись лидеры, которые ведут за собой весь класс.

“Переправа в обручах” - капитан и первый участник влезают в обруч и движутся до ориентира, первый участник остаётся, а капитан с обручем возвращается за вторым участником. И так до тех пор, пока капитан не переведёт всю команду.

**5 конкурс**.- В нашей школе вы, ребята, учитесь быть сообразительными, быстрыми, меткими в высказываниях и в действиях.“Самый меткий”

(метание в обруч) “Самый меткий” - капитаны команд стоят на расстоянии от своих команд, лицом к ним, в руках у каждого обруч. Игроки по очереди пытаются попасть в обруч мячом.

**6 конкурс.** Эстафета с волейбольными мячами «Сбор урожая»

Два мальчика держат два волейбольных мяча: одной рукой один мяч – на уровне пояса, другой рукой – мяч над головой. Бегут до ограничительного знака и обратно.

**7 конкурс**. Два мальчика несут палку , на которой сидит девочка – до ограничительного знака и обратно.

**8 конкурс.** Три игрока на дистанции выстраиваются, сидя на полу, друг за другом. Первый держит ступнями мяч, делает поворот назад, бежит вперед и занимает положение после третьего игрока. Второй участник отдает мяч третьему и бежит вперед, чтобы подхватить мяч первого игрока. Упражнение повторяется на протяжении всей дистанции туда и обратно.

**9 конкурс. Три прыжка**

Участники делятся на две команды. На расстоянии 8-10 м. от линии старта положить скакалку и обруч. После сигнала 1-ый, добежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет и бежит назад. 2-ой берет обруч и делает через него три прыжка и идет чередование скакалки и обруча. Чья команда быстрее справится, та и победит.

**10 конкур. Игольное ушко**

Вдоль линии эстафеты на земле лежат 2 или 3 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя. Затем со следующими обручами также. И так на обратном пути.

**11. Ритмическая эстафета с палками**

Игра проводится между двумя или несколькими командами, которые выстраиваются в колонны перед линией старта. У первых игроков команд в руках гимнастические палки. По сигналу руководителя игроки бегут с ними к стойке, находящейся в 15 м от линии старта, обегают ее и возвращаются к своим колоннам. Держа палку за один конец, они проносят ее вдоль колонны под ногами играющих, которые, не сходя с места, перепрыгивают через нее. Оказавшись в конце колонны, игрок передает палку партнеру, стоящему перед ним, тот следующему, и так до тех пор, пока палка не дойдет до игрока, возглавляющего колонну. Он бежит с палкой вперед, повторяя задание. Игра заканчивается, когда дистанцию пробегут все игроки.