

Спортивное мероприятие «Сказочная эстафета» (День спорта)

Цель: формирование положительной мотивации к здоровому образу жизни учащихся

Задачи: укреплять здоровье учащихся,

развивать физические способности,

воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки, товарищества,

воспитание собранности и организованности

Оборудование: спортивный инвентарь: кегли, скакалки, обручи, гимнастические палки , волейбольные мячи.

Ход эстафеты

Ведущий: Здравствуйте, ребята. Сегодня мы проводим эстафету, но не просто спортивную, а со сказочными героями. Каждый из вас побывает на месте сказочного персонажа. Вам потребуется ваша смекалка, ловкость, внимательность, поддержка друга и хорошее настроение.

Конек-горбунук

По названию ясно, что участникам этой эстафеты предстоит изобразить Конька-горбунка из сказки П. Н. Ершова. Для этого потребуется лишь волейбольный мяч или воздушный шарик. Участники сгибаются в поясе, берут мяч и кладут его себе на спину. Чтобы мяч не упал во время движения, его необходимо придерживать рукой, оставаясь при этом в полусогнутом состоянии. В этой эстафете «конькам-горбункам» придется во время скачки преодолевать препятствия, например, поставленные на линии эстафеты табуреты, на которые необходимо будет взобраться, затем соскочить с них, и все это быстро и не теряя при этом «горб» — мяч за спиной. Победят те «коньки-горбуны», которые окажутся более ловкими и стремительными.

Ядро барона Мюнхгаузена

Помните, барон Мюнхгаузен передвигался однажды, оседлав пушечное ядро. Предложите ребятам освоить этот необычный вид «транспорта». Ядром у них будет обычный воздушный шарик, на котором сбоку яркой краской написано: «ядро».

Участники должны оседлать ядро, зажав его между коленками и придерживая руками.

По сигналу в таком положении они должны проделать путь до флажка и обратно. Затем ядро передается следующему игроку и так далее, пока не выяснится, какая команда быстрее освоила «полеты на ядре».

Не забывайте, что при неосторожном обращении шарики имеют свойства лопаться. Предупредите об этом ребят. Если шарик-ядро лопнет, команда выбывает из игры и «оплакивает погибшего ядролетателя».

Кот в сапогах

Для этой эстафеты потребуется найти сапоги очень большого размера. Сапоги устанавливаются на линии старта. Первый участник по сигналу должен быстро надеть их и так же быстро добежать до финиша. Но это ему сделать будет очень трудно, и не только потому, что сапоги очень тяжелые и неудобные. Как вы помните, Кот в сапогах обладал хорошими манерами.

Потому на пути следования надо поставить кегли. Пробегая мимо них, каждый участник должен задержаться и совершить поклон, красивый и оригинальный. Добежав до финиша, участник возвращается обратно и отдает сапоги следующему). И так бежит вся команда. Победители выражают свою радость громким и мелодичным мяуканьем.

Канатоходец Тибул

В сказке Юрия Олеши «Три толстяка» смелый Тибул ходил по канату. Однажды он прошел по натянутой проволоке над площадью прямо над головами стреляющих в него гвардейцев. В этой эстафете канатоходцам придется немного проще, в них

никто не будет стрелять, и опасность упасть с огромной высоты и разбиться им не угрожает. Канат, т. е. обыкновенную веревку, можно просто протянуть по земле от старта до финиша. Все игроки по очереди пробегут по нему до поворота, а на обратном пути попробуют всю дистанцию пропрыгать на одной ноге. При этом нужно быть все-таки очень аккуратным: каждый раз ногу ставить на веревку, а не мимо. Иначе раздастся «выстрел» — хлопок судьи, которым он предупредит о «грозной опасности». Самые ловкие «Тибулы» принесут победу своей команде.

Лиса Алиса и кот Базилио

Что отличает этих персонажей сказки А. Толстого «Приключения Буратино»? Они умеют притворяться. Лиса притворялась, что она хромая, а кот, что он слепой. Участникам эстафеты придется изображать мошенников. На старте команды делятся на пары. Один в каждой паре — лиса Алиса, другой — кот Базилио. Тот, кто изображает лису, сгибает в колене одну ногу и придерживает ее рукой, стоя, таким образом, на одной ноге. Участнику, изображающему кота Базилио, завязывают глаза. «Лиса» кладет свободную руку на плечо «коту», и по сигналу эта парочка преодолевает эстафетное расстояние, возвращается и передает эстафету следующим участникам.

Лягушка-путешественница

В сказке лягушка заставила уток взять в клювы палку, а сама, уцепившись за нее лапками, взлетела вместе со стаей. В этой эстафете участникам придется проделать почти то же самое. Два самых сильных участника из команды берут гимнастическую палку и кладут ее на плечи. Третий берется за палку руками, ноги отрывает от земли и оказывается, таким образом, «лягушкой-путешественницей».

Теперь по сигналу все трое начинают движение вперед. Тому игроку, который висит на палке, категорически нельзя касаться ногами земли. Когда «утки с лягушкой» добегают до финиша, участник, висевший на палке, отцепляется, а два других его товарища возвращаются на старт, чтобы взять нового «путешественника». И так до тех пор, пока вся команда не окажется на финише.

Балда и лошадь

Во всем известной сказке А. С. Пушкина Балда участвовал, можно сказать, в спортивных соревнованиях. Его противниками были черти. Выполняя одно из заданий, которые придумывал старый черт, он должен был унести лошадь. Но Балда вскочил на коня и крикнул бесенку: «Смотри, я несу коня меж ног!»

Для проведения эстафеты все участники делятся на тройки. Двое из них будут изображать лошадь, ну а третий участник, естественно, Балду. Лошадь делается просто. Первый участник сгибается в поясе, а второй, тоже пригибаясь, берет первого за талию. Вот и все. Осталось «Балде» оседлать «лошадь», и можно трогаться в путь, чтобы передать эстафету следующей тройке. Ну, а какой именно Балда принесет победу команде, покажут итоги соревнования.

Змей Горыныч

У этого сказочного существа, как известно, три головы, четыре лапы и два крыла. Сделать Змея Горыныча несложно: трое участников встают рядом, кладут руки на пояс или на плечи друг другу, ноги участника, стоящего в середине, связываются с ногами партнеров, стоящих по бокам — получается как бы четыре ноги. По сигналу «Змей Горыныч» начинает движение, причем участники, стоящие по бокам, должны выполнять руками движения, напоминающие взмахи крыльев. Добежав (доскакав, долетев) до финиша, тройка разворачивается, возвращается и передает эстафету следующим участникам. Ноги всем тройкам лучше связать до начала эстафеты. Побеждает та команда, которая закончит эстафету быстрее всех.

Незнайка на воздушном шаре

Известно, что Незнайка из сказки Н. Носова «Незнайка и его друзья» летал со своими друзьями в Цветочный город на воздушном шаре. Как устроен воздушный шар, все, наверное, знают. По мере охлаждения воздуха в шаре из гондолы (корзины под шаром) выбрасывается балласт. В нашей эстафете корзиной послужит обыкновенное ведро. В него положим балласт: мячи, кегли, кубики и т. д. Количество предметов должно быть равно количеству участников эстафеты. На роль воздушного шара великолепно подойдет воздушный шарик.

Старт! С ведром и шариком игрок бежит к линии финиша, где находится заранее положенный обруч. Игрок, добежав, выкладывает в обруч один предмет из ведра, т. е. «облегчает корзину». Вернувшись к команде, он передаст ведро и шар следующему участнику. Тот в свою очередь проделывает то же самое. Таким образом, к концу эстафеты все предметы из ведра должны быть выложены в обруч. Последний участник должен снова собрать их в ведро и вернуться к команде.

Баба Яга

Непременными атрибутами Бабы Яги были ступа и метла. В эстафете в качестве ступы можно использовать пустое ведро, а в качестве метлы — швабру. Участник встает одной ногой в ведро, другая

остается на земле. Одной рукой он держит швабру. А теперь в таком положении необходимо пройти всю дистанцию и передать «ступу» и «метлу» следующему.

Колобок

Все помнят, что в одноименной сказке Колобок ловко обошел Зайца, Медведя и Волка, но угодил в пасть Лисе. В эстафете первых трех зверей заменят кегли, а последнего — ведро. Каждый участник будет катить (пинать ногами) свой «Колобок» (футбольный мяч) между кеглями. Подводя мяч к ведру, участник должен, не прибегая к помощи рук, забросить мяч в ведро, т. е. отправить «Колобок» в пасть «Лисы». После того как мяч-«Колобок» все же оказался в ведре, участник вынимает его руками и быстро бежит к следующему игроку, чтобы тот тоже смог пройти со своим «Колобком» все препятствия.

Доктор Айболит

Добрый доктор Айболит начинал лечение с того, что ставил градусники своим пациентам. Вот и в этой эстафете участникам придется ставить друг другу градусники. Но не настоящие — их заменят обычные кегли или другие предметы, которые на них похожи. Перед началом эстафеты команда выстраивается в колонну на линии старта. Первый участник стоит с ведром и сумкой, наполненной кеглями. Количество кеглей на две меньше, чем участников.

По сигналу первый «Айболит» бежит с ведром до определенной отметки и возвращается. Это он проделал путь в Африку. По возвращении он достает из ведра кегли и по очереди ставит их всем участникам, как градусники, т. е. под мышку каждому участнику. Кроме последнего. Последнему он отдает ведро, сам же уходит в сторону, выбывает из игры.

Участник, получивший ведро (сумку), быстро собирает кегли у команды и вновь проделывает то, что проделывал первый игрок. Нельзя ронять кегли на землю, помните, что градусники — дефицит, а уж если уронили, тут же поднимите. Эстафета заканчивается, когда остается один «Айболит», вернувшийся из «Африки», и ни одного больного.

Золушка

Золушка была трудолюбива и ни минуты не сидела без дела. Участникам этой эстафеты тоже придется потрудиться. Для этого надо приготовить заранее ведро, веник и совок, а также по пять кубиков на каждую команду. Команда делится на две равные половины. Одна встает на линии старта, другая на финише, лицом друг к другу. С одной стороны участники будут «Золушками», а с другой — «злыми мачехами». В руках у первой «Золушки» ведро, веник и совок. На линии движения от старта до финиша разбросаны пять кубиков — «мусор». Первый участник двигается вперед, собирая по дороге кубики в ведро. При этом помогать себе руками нельзя. То есть каждый раз надо поставить ведро на землю, веником замести кубик на совок, затем с совка в ведро. Когда все кубики собраны, «Золушка» передает ведро с кубиками, веник и совок «мачехе», т. е. участнику команды, стоящему напротив.

«Мачеха», как и полагается злой и вредной мачехе, разбрасывает кубики по всей линии движения. Новой «Золушке», которой «мачеха» передает орудие труда, вновь придется собирать мусор. И это «безобразия» творится до тех пор, пока обе группы не поменяются местами.

Теремок

Для начала вспомним, кто жил в теремке: Мышка-норушка, Лягушка-квакушка, Зайка-попрыгайка, Лисичка-сестричка, да Комар-пискун. Шестым же пришел Медведь и разрушил теремок. Попробуем эту сказку разыграть в эстафете. В ней будут участвовать только шесть человек — по числу персонажей в сказке. А роль теремка выполнит обруч. Эстафету начинает «Мышка». Участник, играющий эту роль, по сигналу бежит к финишу, где лежит обруч — «теремок». Добежав, он продевает обруч через себя, кладет его на место и бежит за следующим участником, т. е. за «Лягушкой». Теперь они бегут к «теремку» вдвоем, обязательно взявшись за руки. Добежав, они вдвоем пролезают через обруч, не расцепляя при этом рук. Сделав это, они бегут за третьим, потом за четвертым, потом за пятым. Когда пятеро, не разжимая рук, продевают через себя обруч и бегут за шестым, это оказывается «Медведь». Но они все же берут его за руку и ведут с собой к «теремку». Пять человек надевают обруч и удерживают его на уровне пояса. «Медведь» в это время берет обруч рукой и тянет его вместе со всеми участниками, находящимися внутри, к старту. Те, кто находится внутри обруча, бегут, помогая «Медведю». Кто сюжет этой сказки «расскажет» быстрее, тот победил.

Волк и семеро козлят

По сказке семеро козлят были заперты дома, но волк обманным путем проник к дом и козлят съел. Домами в этой эстафете будут две половинки волейбольной площадки. Одна половина — дом «козлят» одной команды, вторая половина — дом другой команды. В каждой команде нужно выбрать семь «козлят» и одного «волка». «Козлята» сразу занимают свои дома и располагаются в них, кому как нравится. По сигналу оба «волка» входят в дом противоположной команды и начинают ловить «козлят». Тот, кого поймали (дотронулись рукой), уходит с площадки (он съеден). Чей «волк» быстрее съел всех «козлят», та команда и побеждает. «Козлятам» в этой игре-эстафете можно убегать от «волка», но нельзя покидать дом, т. е. выскакивать за пределы площадки.

Подведение итогов. Награждение победителей и участников эстафеты