

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа»
городского округа ЗАТО Фокино

Сценарий спортивного праздника

«Веселые старты!»

Цель: - Привлечение к систематическим занятиям спортом.

Задачи: - Развитие двигательных навыков и физических качеств.

- Пропаганда здорового образа жизни.
- Воспитание дисциплинированности и коллективизма.

Инвентарь: Обручи – 10 шт, футбольные мячи – 2 шт, конусы большие – 4 шт, гимнастические скамейки – 2 шт, маленькие конусы – 10шт, скакалки – 2 шт, «Скипинг» большая скакалка – 1 шт, маты – 2 шт, дротики – 6 шт, щары – 20 шт, рулетка – 1 шт.

Место проведения: Стадион.

Подготовила тренер-преподаватель
по легкой атлетике
МБУДО СШ ГО ЗАТО Фокино
Дорогобузова Елена Владимировна

2026 год

Ведущий №1 - Здравствуйте ребята, здравствуйте болельщики, здравствуйте уважаемое наше жюри! Мы очень рады видеть всех вас на нашем стадионе. Мы начинаем самую веселую из всех спортивных игр и самую спортивную из всех веселых игр – «Веселые старты!»

На спортивный стадион, приглашаем дети Вас!
Праздник спорта и здоровья, начинается сейчас!

Ведущая №2-

Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте. Помериться силой, попрыгать, побегать, зовем на площадку мы вас, веселые старты вас ждут на площадке, спешите сюда поскорей.

Здоровье усилит, успехов прибавит. От скуки, безделья тебя он избавит. Поверь ты в себя и добейся высот, о чем ты мечтал, даст тебе только СПОРТ.

Ведущий №1 – Ребята желаем каждой команде не только побед, но хорошего настроения в течение всех состязаний, удачи всем вам!

Ведущая №2 - И, так мы начинаем. Команды уже все построились и готовы представиться нам. Прошу название команды, девиз.

Следить и судить наши соревнования будет наше справедливое жюри. Слово жюри.

Ведущий №1 - И так команды, вы готовы? И сейчас, мы узнаем, чья команда самая быстрая.

Эстафета №1 Эстафетные палочки – 2 шт.

«Самый быстрый».

Чтоб проворным стать атлетом, вам такая эстафета. Будем бегать быстро, дружно, победить вам очень нужно.

По команде участник начинает с эстафетной палочкой в руках бежать вперед, оббегая конус бежит обратно, передает палочку следующему участнику и т.д.

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит это задание.

Ведущий №2 На любимом стадионе, все рекорды мы побьем, и на смену чемпионам, очень скоро мы придем!

Эстафета №2 Маты – 2шт, гимнастические скамейки – 2 шт.

«Самый ловкий, самый смелый!»

По команде участник начинает бежать вперед, добегая до скамейки встает на нее и продвигается – бежит вперед, затем добегая до мата выполняет кувырок вперед, встает и бежит до конусов, оббегает конус бежит обратно на место, передает эстафету следующему участнику.

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит это задание.

Ведущий №1

Эстафета №3 Маленькие конусы – 6 шт

«Челночный бег!»

Каждый конус расставлен на разном расстоянии. Первый конус от стартовой линии поставлен на 1 км, второй на 2 км, третий на 3 км вперед.

По команде участник начинает бежать вперед до первого конуса и бежит обратно к стартовой линии, затем не выбегая, разворачивается и бежит ко второму конусу, добегают до конуса разворачивается и бежит обратно к стартовой линии, разворачивается и бежит к третьему конусу, добегают до конуса разворачивается и бежит обратно – выбегает, передает эстафете следующему участнику и т.д.

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит это задание.

Ведущий №2

Эстафета №4 Скакалки – 2 шт.

«Бег со скакалкой!»

Чтобы прыгать научиться, нам скакалка пригодится,
будем прыгать высоко, как кузнечики легко!

По команде участник начинает бежать вперед со скакалкой перепрыгивая через скакалку. Добегаем до конуса, оббегаем его и бежим – перепрыгивая через скакалку обратно. Передаем скакалку следующему участнику.

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит это задание.

Ведущий №1 «Самый сильный, самый ловкий, покажи свою сноровку!»

Стоя на скамейке нужно сбить подушкой своего соперника на пол.

Эстафета №5 Гимнастические скамейки – 2шт, маты – 2 шт, подушки – 2 шт.

По команде участники начинают сбивать друг друга подушкой со скамейки.

Побеждает тот, кто первым собьет соперника со скамейки. Выигрывает та команда, у которой больше побед.

Ведущий №2 «Самый меткий!»

На расстоянии 1 метра висят надувные шары.

Эстафета №6 Дротики – 6 шт, надувные шары – 20 шт.

По команде участник бежит до отметки, берет на стуле дротик и кидает в шар, если бросил дротик мимо бежит обратно к команде оббегаем ее, и бежит обратно к точке броска, берет дротик, бросает в шар, попав в шарик бежит к команде передает эстафету

следующему участнику и т.д.

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит это задание

Ведущий №1 Для занятий, как известно, обруч нам необходим, И красиво, и полезно, упражнение делать с ним!

Эстафета №7 Обручи – 8 шт, 4 помощницы(у каждой команды по 2 помощника)

По команде участник бежит до первого обруча , встает внутрь обруча, берет его и перешагивает через обруч, кладет на пол и бежит дальше пробегая в обруч, продвигаемся до следующего обруча, встаем в обруч, берем его, перешагиваем, кладем на пол и бежим дальше, пробегаем через обруч, бежим до конуса, оббегаем, бежим обратно к своей команде, передаем эстафету следующему участнику.

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит это задание

Ведущий №2 А ну-ка ребяташки, девчонки и мальчишки, покажите кто ловчей, мячик проведет быстрее, и принесет очко команде, не сбив кегли ни одной.
(16 кеглей, 2 мяча.)

Эстафета №8

По команде участник начинает продвигаться вперед с мячом, обводя кегли, стараясь их не сбить. Бежим до конуса и обратно, также обводя кеглю мячом. Передаем мяч следующему участнику.

Побеждает та команда, которая быстрее выполнит это задание.

Ведущий №1 Сейчас мы посмотрим, какая из команд у нас самая прыгучая.
Рулетка.

Эстафета №9 «Лягушата»

Начинаем выполнять с первой команды. По команде первый участник прыгает вперед двумя ногами с места, подходит второй участник встает на отметку куда прыгнул первый участник и выполняет прыжок перед и так выполняют прыжки все участники команды. После этого, тоже самое выполняет упражнение -прыжки вперед вторая команда. Побеждает та команда, которая прыгнула дальше всех. (Отмеряем расстояние рулеткой.)

Ведущий №2 А, теперь попрыгаем, но только через скакалку, и покажем себя какие мы можем быть дружной, сплоченной командой. Дается три попытки.

Эстафета №10 «Скипинг!»

Чья команда сплоченнее и больше всех напрыгает на скакалке.

Ведущий №1

Вот и закончились наши соревнования, все участники показали свою ловкость, силу выносливость и быстроту. А главное получили заряд бодрости и массу положительных эмоций. Ребята вы все сегодня отлично соревновались, молодцы.

И так, подведение итогов соревнования.

И, мы даем слово нашему замечательному жюри, которое все это время наблюдали за нами и вместе с нами переживали за наших участников.

Ведущий №2 Праздник веселый закончить мы рады, вручить всем хотим призы и награды. (Награждение)

Ведущие: Вот и наступил момент прощания, будет краткая моя речь, говорим всем До свидания, До счастливых новых встреч.