***Спортивный праздник «Весёлые старты».***

**Цель:**Вовлечение обучающихся с ОВЗ к занятиям физической культурой и спортом с целью укрепления здоровья.

**Задачи:**

1. Формирование у учащихся с ОВЗ навыков здорового образа жизни.
2. Развитие личности ребенка на основе овладения физической культурой.
3. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

**Инвентарь:**  обручи , мячи , воздушные шарики, волейбольные мячи, стойки, гимнастические палки, газетные комки, загадки, свисток.

**Оборудование:** музыкальные записи на спортивную тему, плакаты.

**Ход  мероприятия.**

Звучит музыка на спортивную тему. В это время в зал заходят команды участники.

  **Ведущий.**

Чтоб расти и закаляться

Не по дням, а по часам,

Физкультурой заниматься,

Заниматься нужно нам!

**Вступительное слово.**Здравствуйте, дорогие ребята! Очень приятно видеть  вас сегодня в нашем спортивном зале. Мы начинаем самую веселую из всех спортивных и самую спортивную из всех веселых игр – «Весёлые старты» и наш спортивный зал превращается в веселый стадион. Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, скорости.

На спортивную площадку

Приглашаем  мы всех  вас!

Праздник спорта и здоровья

Начинаем мы сейчас!

**Ведущий:** сегодня мы рады приветствовать дружные команды.  В соревнованиях примут участие  3 команды по 6 человек.

(**Представление).**

**Команда№1**

Название: **«Сильные»**

Девиз: назло неудачам, назло заварухам,
чтоб ни было с Вами — не падайте духом!!!

**Команда № 2**.

Название: **«Смелые».**

Девиз: «Смелость-города берёт!».

**Команда №3**

Название: **«Быстрые».**

Девиз: «Быстрые, смелые, во всех делах умелые!»

**Ведущий**: ни одно соревнование не обходится без судей.

Пусть жюри весь ход сраженья
Без промашки проследит.
Кто окажется дружнее.
Тот в бою и победит.

**1 конкурс –  «Мяч – обруч».**

**Ведущий -** Команда находится на линии старта. У первого номера в руках волейбольный мяч. По сигналу судьи он бежит до обруча, находящегося в 5 метрах от линии старта, кладет в него мяч, бежит дальше – пролезает во второй обруч, обегает стойку на лицевой линии, и бежит обратно, выполнив те же задания. Но на обратном пути участник не кладет мяч, а забирает его. Обежав свою команду и стойку за ней, передает эстафету следующему участнику. Эстафета заканчивается тогда, когда все участники команды выполнят задание.

Побеждает та команда, которая быстрее справиться с заданием. Если мяч выкатился за пределы обруча, участник обязан сам исправить ошибку.

**2 конкурс – « Воздушный шар».**

**Ведущий -** По команде участники передвигаются до стойки, погоняя шар гимнастической палкой, обратно бег и передача эстафеты следующему участнику.

**3 конкурс - «Передал – садись».**

**Ведущий -** Команды выстраиваются в колонны по одному за линией старта. Капитан команды (или один из участников команды) становится на линию в трех метрах от команды.

По сигналу судьи капитан выполняет передачу мяча от груди двумя руками первому участнику, стоящему на линии старта. Тот в свою очередь тем же способом возвращает мяч капитану и быстро принимает положение упор присев. Далее мяч получает и возвращает второй участник команды и принимает положение упор присев. И так далее пока все участники команды не примут положение упор присев. Затем действие начинается в обратном порядке. *Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.*

**4 конкурс -  «Перекати мячик».**

**Ведущий -** Команды строятся в колонны по одному на линии старта. В руках первого участника два баскетбольных мяча. По сигналу судьи первый участник начинает катить мячи одновременно двумя руками по полу. Дойдя до линии поворота, он берет мячи в руки и бегом возвращается назад. Обежав команду, передает мячи следующему участнику. Второй участник выполняет то же, что и первый. И т.д. Эстафета заканчивается тогда, когда все участники команды выполнят задание.

*Побеждает та команда, которая быстрее закончит выполнять задание, соблюдая все условия эстафеты.*

**5 конкурс - эстафета "Толкание ядра".**

**Ведущий *-***Для ядра мы взяли газету и скомкали ее, чтобы получился плотный небольшой ком. Теперь вспомните, как толкают ядро спортсмены: берут его в одну руку, плотно прижимают к плечу, а затем рука распрямляется так, чтобы все усилие шло на ядро, которое надо вытолкнуть. Вы делаете точно так же. Первый игрок начинает с финишной прямой. Второй игрок подбегает к тому месту, где ядро упало и начинает с того места. Таким образом, поступают и все остальные участники. В итоге, когда последний участник отметает ядро, и чье ядро будет дальше, тот и победил. На старт, внимание, марш!

**6 конкурс -  «Дружная пара».**

**Ведущий -** Команды выстраиваются в колонны по одному за линией старта. Первый участник держит в руках обруч, надев его на пояс. По сигналу судьи он бежит до ориентира, стоящего на повороте, обегает его, возвращается назад, к нему присоединяется второй участник, внутрь обруча, и они вместе бегут к линии поворота. Первый участник остается у ориентира за линией поворота, а второй возвращается назад, захватывая третьего участника, они вместе бегут к повороту, второй участник остается за линией поворота, а третий возвращается назад и так далее, пока вся команда не переместится за линию поворота (другой край площадки). Последний участник команды, оставив предыдущего, бежит еще раз на линию старта, а затем бежит на финиш.

*Побеждает та команда, которая быстрее  выполнит задание. Места команд определяются по моменту пересечения линии финиша последним участником.*

**Ведущий -** Пока жюри подводит итоги мы поиграем в игру «Доскажи словечко»

Просыпаясь рано утром

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кроватку,

Быстро делаю... (зарядку).

Не обижен, а надут.

Его по полю ведут.

А ударят - нипочем

Не угнаться за ... (мячом).

На ледяной площадке крик,

К воротам рвется ученик.

Кричат все: «Шайба! Клюшка! Бей!»

Веселая игра... (хоккей).

 Два березовых коня

По снегам несут меня.

Кони эти рыжи

И зовут  их ... (лыжи).

 Кто на льду меня догонит?

Мы бежим вперегонки.

А несут меня не кони,

А блестящие... (коньки).

Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На бруски набил я планки.

Дайте снег. Готовы... (санки).

 Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ.

Это мой ... (велосипед).

**Подведение итогов**. Предоставляем  слово  жюри, которое подведет итог наших соревнований.

**Ведущий:** вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций!