Сценарий спортивного праздника «Весёлые старты» для 5-7 классов

Оборудование: скакалки, обручи, мячи резиновые, баскетбольные, кегли, стойки.
Место проведения праздника: на спортивной площадке.
Ход мероприятия:
Ведущий: Добрый день, дорогие друзья! От всей души приветствуем вас на нашем традиционном празднике «Весёлые старты!»

Все мы прекрасно знаем, как полезно заниматься физкультурой, как необходимо закаляться, делать зарядку, бывать на воздухе, но как трудно бывает порой пересилить себя, встать пораньше, сделать несколько упражнений, облиться холодной водой…

А теперь представляю Вам наше жюри, которое будет внимательно следить за успехами наших команд

Начинаем соревнования
Представление команд .

- Наша команда хором говорят название команды.
- У кого получается вместе и дружно, та команда и выиграла.

2**. Эстафета «Быстрые ноги»**
Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих эстафетные палочки. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии, бежит по прямой до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает эстафетную палочку следующему участнику, а сам становится в конец своей команды.

3. **Эстафета «Космические полеты»**
Каждая команда строиться за общей линией старта в колонну по одному Перед каждой колонной на расстоянии 15 м установлена поворотная стойка. У первого игрока в руках гимнастический обруч. По сигналу он надевает его на пояс и бежит вперед, обегает стойку, передает обруч следующему участнику. Побеждает та команда, участники которой быстрее вернуться в исходное положение.

4.**Эстафета "Держи голову в холоде, а ноги в тепле!"** (бег в мешках)
5. **Конкурс капитанов «Отжимание от пола»**
Победу одержит тот капитан который больше всех выполнит упражнение сгибание и разгибание рук в упоре лёжа.

Жюри подводит итоги.

6.Спортивная викторина.
Воспитатель Ребята, сегодняшнее мероприятие посвящено гражданскому воспитанию и чрезвычайным ситуациям в целом. Помните, что знания и навыки, полученные и продемонстрированные сегодня, могут в дальнейшем спасти чью-либо жизнь, а возможно, и вашу собственную.

Ведущий 1 Каждое утро человек выходит из дома и попадает в огромный мир, в котором может произойти всё, что угодно, начиная от ушиба и заканчивая террористическим актом.

Есть такая народная мудрость: «Искру туши до пожара, беду отводи до удара».

Стопроцентной безопасности не существует нигде.

Но люди далеко не так беспомощны. Кое-какие несчастные случаи, катастрофы мы можем предсказать, а некоторым и успешно противостоять. Однако любые действия против природных или техногенных процессов требуют хорошего их знания.

Ведущий 2 Сегодня мы с вами проведём викторину по основам Гражданской обороны и пожарной безопасности. Многие правила безопасности возникли еще в древности, когда люди пытались защититься от диких животных и природных явлений. Со временем

изменились условия жизни человека, стали иными правила безопасности. Теперь они связаны с интенсивным движением транспорта на городских улицах, развитой сетью коммуникаций, большим скоплением людей и т.д.

Ведущий 1 В каждом туре викторины для вас подготовлены разнообразные задания. Для того, чтобы справиться с ними, вам нужно показать свои знания и умения, и где-то проявить смекалку.

Ведущий 2 Выполнение обязанностей по гражданской обороне – долг каждого человека.

В центре слайда вы видите международный символ Гражданской обороны.

Ведущий 2 Дорогие участники! Сейчас вам необходимо выполнить несколько заданий.

Первое задание – разгадывание кроссворда. Вопросы кроссворда будут задаваться каждой команде по очереди, за правильный ответ – 1 балл. Если команда не знает ответа на вопрос – право ответить предоставляется следующей команде по очереди. (На доске расчерчен кроссворд. Команда, правильно отгадавшая слово, записывает его в кроссворд.)

Вопросы к кроссворду:

1. Спортивное сооружение (СТАДИОН)
2. Зелёная зона отдыха в городе (ПАРК)
3. Место приобретения товаров (МАГАЗИН)
4. Он бывает наземным, воздушным и морским (ТРАНСПОРТ)
5. Помещение в квартире, предназначенное для приготовления пищи (КУХНЯ)
6. Место прибытия и отправления поездов (ВОКЗАЛ)
7. Помещение для тренировок и занятий спортом (СПОРТЗАЛ)
8. Подземная железная дорога (МЕТРО)
9. Помещение для просмотра кинофильмов (КИНОТЕАТР)

Ключевое слово – **ОПАСНОСТИ**

Ведущий 1 Наверно, вы заметили, что опасности «живут» совсем рядом, в каждом явлении нашей жизни. Сейчас, вам предстоит вспомнить, какие виды опасностей есть в мире.

За каждый правильный ответ команда получает 1 балл.

Ведущий 2 А теперь переходим к самому заданию №2 под названием «Определи опасность». Команда по очереди получает карточку. Ваша задача: при получении карточки прочесть вслух опасность, назвать группу. Правильный ответ – 1 балл. (необходимо правильно сопоставить виды опасностей)

Карточки:

ураганы, смерчи	**природные**
оползень	**природные**
наводнение	**природные**
ошибки при проектировании дома	**техногенные**
взрывы котлов, турбин	**техногенные**
выбросы химических веществ	**техногенные**

терроризм	**социальные**
жертва толпы	**социальные**
наркомания	**социальные**

Загадки для зала:

1. Как называется излучение, наносящее вред здоровью? (Радиация)
2. Ветер разрушительной силы – это… (Ураган)
3. Как называется атмосферное явление, затрудняющее движение транспорта? (Туман)
4. Качество, которому подвержен человек. Чувство острого, неудержимого страха - это … (Паника)
5. Следствие аварии с выбросом химических и радиоактивных веществ? (Загрязнение)
6. Как называется удушающий газ с запахом нашатырного спирта? (Аммиак)
7. Что является главной угрозой обществу? (Терроризм)
8. Висит – молчит, а перевернешь – шипит, аж пена летит. Что это? (Огнетушитель)
9. Как называется неконтролируемый процесс горения? (Пожар)
10. Красный бык стоит, дрожит,

Черный—на небо глядит (Огонь, дым).

<u>3 задание «Вопрос-ответ»</u>

Ведущий 1 Переходим к предпоследнему, 3 заданию, которое называется «Вопрос-ответ». Чтобы принести команде 1 балл, необходимо правильно ответить на вопросы по безопасности жизнедеятельности и гражданской обороне. Ну что ж, начинаем!

1. После какой катастрофы 1986 года на ГО были возложены задачи борьбы с природными и техногенными катастрофами?

О какой катастрофе идет речь? (Авария на Чернобыльской АЭС26 апреля 1986 года)

Ведущий 2

2. При аварии на химически опасном объекте произошла утечка хлора.

Хлор тяжелее воздуха, нужно покинуть низкие места (подняться на верхние этажи).

Ведущий 1

3. При ранении каких сосудов кровь ярко-красного цвета и «бьёт фонтаном»?

Артерии (венозная кровь тёмного цвета и густая)

Ведущий 2

4. Какие средства индивидуальной защиты органов дыхания человека вы знаете?

Фильтрующий противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка.

5. При обморожении участок кожи необходимо:

Постепенно разогреть и дать теплое питье.

Ведущий 1

6. Что следует сделать, если на кожу попал сок ядовитого растения (Дифинбахия, Молочай...)?

Смыть сок растения теплой водой с мылом

7. Назовите телефоны служб экстренной помощи ДНР

Служба МЧС 101

Служба Полиции 102

Скорая Медицинская Помощь 103

Аварийная Газовая Служба 104

Ведущий 2

8. Что нужно сообщить при вызове служб экстренной помощи?

- Причину вызова (пожар, авария, утечка газа, травма, драка и т.д.)
- Адрес, где случилось
- Свою фамилию, номер телефон.

Ведущий 1

9. Что такое эвакуация?

Это экстренный выход из опасной зоны при ЧС

Ведущий 2

10. Какие виды оружия относятся к оружию массового поражения?

Ядерное, химическое, бактериальное.

Ведущий 1

11. Каким способом вы покинете квартиру при пожаре?

Спуститесь по ступенькам.

12. Вечером на улице Вам кажется, что кто-то идет за вами «по пятам». Как вы поступите?

Необходимо перейти несколько раз на другую сторону улицы. Если Ваша догадка подтвердилась, бегите к ближайшему людному месту, при возможности звоните в полицию.

Ведущий 2 Ну что ж, команды, превосходно! Так держать! Сейчас самое время для последнего, заключительного задания. Оно и покажет, насколько хорошо вы владеете навыками безопасного поведения в чрезвычайных жизненных ситуациях и конечно же, навыками взаимопомощи.

Ведущий 1 Каждой команде, методом жеребьёвки, достанется по одной чрезвычайной ситуации, выход из которой вы наверняка знаете. Творческий подход и смекалка приветствуются! (Капитаны выбирают задание для своих команд. Время на подготовку – 2 минуты)

Индивидуальное задание

- Перечислите действия населения при сигнале «внимание всем»? (Необходимо включить радио, ТВ; отключить свет, газ, воду; собрать документы, продукты питания, воду, одежду; следовать указаниям местных органов ГО).

- Что делать при обнаружении взрывного устройства? (Ответы: сообщить в МЧС, полицию; не подходить к предмету и не подпускать других, исключить использование радиотелефонов, мобильных телефонов, т.к. они могут вызвать срабатывание радиовзрывателя).
- Вы случайно разбили градусник. Ртуть растеклась по полу. Что делать? (Проветрить помещение (но не сквозняк), надеть резиновые перчатки, повязку на лицо, собрать ртуть с помощью резиновой груши и вызвать МЧС по номеру 101).

7. Конкурс приглашаем по одной девочке (прыжки на скакалке).
8. Конкурс «Меткий бросок».Броски в кольцо.

9. Конкурс «Снайпер» Стоит стойка мячом необходимо сбить стойку. Участники команд по очереди сбивают стойку. Если сбил необходимо поставить стойку. Побеждает команда которая больше всех сбила стоек.
Ведущий: Подошел к завершению наш спортивный праздник Спасибо всем за участие

«Будьте здоровы, в добрый час!»

Слово предоставляется жюри

10. Конкурс «Перекати поле».
Бежать спиной вперёд и с помощью палки катить мяч до ограничительного знака и обратно.

11.Конкурс «Бадминтон»
(Ракетку ни чем заменять не будем, а чеканить будем обычный воздушный шарик).На линии старта стоит первый участник забега. В одной руке у него ракетка, в другой – шарик. Напротив, на линии финиша, установлено ведро;

Игрок должен, ударяя ракеткой по шарику, провести шар до финиша и уложить его в ведро. Затем игрок возвращается и передает эстафету следующему;

Второй участник бежит к ведру, достает из него шарик и ведет его к команде; Действия чередуются: один игрок бежит с шаром к ведру – к финишу, другой от ведра; Никто не имеет права нести шар в руках или ударять его рукой, все только ракеткой;

12.Конкурс «Сила духа»
Первый человек добегает до фишки, в ведре берет теннисный шарик. Кладет его на пол и дует до своей команды (теннисных шариков по количеству участников.

13.Конкурс «Сиамские близнецы».
Удерживая спинами большой мяч (фитбол) и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.

14. Конкурс «Посиделки».
Участники команд усаживаются на спортивные скамейки в затылок друг другу и передают сидящему сзади игроку два надувных мяча. Последний с мячами бежит, садится вперёд и снова передаёт мячи. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах.

15.Конкурс «Веселый футбол»
Провести мяч (фитобол) ногой, обводя кегли, до ориентира, обратно бегом, мяч в руках.

16.Конкурс «Сбор мусора».
По залу разбросаны воздушные шары. Не трогая шары руками, с помощью совка подцепить один шар, отнести его в “корзину” и вернуться обратно.

17. Конкурс «Прыгай дальше, метай лучше».
Дети построены в колонну по одному и у каждого участника в руках по теннисному мячу. Направляющий стоит в мешке для прыжков, а в руках держит мяч. По команде “Марш”, направляющий начинает выполнять прыжки в мешках на двух ногах до отметки, затем необходимо выполнить бросок мяча в ведро (за каждое попадание начисляется 1 балл, расстояние 2 м). Сняв мешок и подобрав мяч, необходимо бегом вернуться в свою команду.

18.Конкурс «Праздничная».
Добежать до противоположной стороны зала, взять 1 лист с буквой и вернуться обратно. Эстафета считается законченной, когда команда выстроилась, держа перед собой составленное предложение.

Никогда не унывай,
В цель снежками попадай,
В санках с горки быстро мчись
И на лыжи становись!
Вот здоровья в чем секрет!
Желаю вам я всем здоровья –
Физкульт-привет!
Подведение итогов жюри.

Звучит «Спортивный марш». Дети организованно выходят из зала.