

## *Спортивные состязания «Веселые старты».*

### 1 класс

Звучит музыка. Команды с табличками, на которых написано название (класс), выходят на построение.

Участников «Веселых стартов» приветствует судья. Представление членов жюри.

#### Старт №1

##### *Бег с двумя мячами*

Первый участник бежит с двумя мячами до первого обруча, кладет в обруч один мяч, бежит до второго обруча, кладет в обруч второй мяч, обегает обруч, возвращается назад, передает эстафету второму. Второй бежит, собирает мячи, обегает последний обруч, возвращается назад, передает мячи следующему и т.д.

#### Старт №2

##### *Ведение мяча*

По сигналу первый начинает бежать и вести баскетбольной мяч одной рукой, довести мяч до обруча, обвести обруч дальней рукой, вернуться назад, ведя мяч, передать мяч следующему и т.д.

#### Старт №3

##### *Хоккей с мячом*

У первого в руках гимнастическая палка на полу лежит баскетбольный мяч, по сигналу игрок начинает катить мяч палкой, обегает обруч, прикатывает мяч назад и передает эстафету следующему и т.д.

#### Старт №4

##### *Бег с вращающейся скакалкой*

По сигналу игрок начинает бежать и одновременно вращать скакалку, обегает обруч, возвращается назад, передает эстафету следующему.

#### Старт №5

##### *Каракатица*

Игроки принимают упор присев сзади. По сигналу первый игрок начинает передвигаться ногами вперед в исходном положении, доходит до обруча, касается его ногой и двигается назад спиной вперед, как руки перешли линию старта, начинает другой и т.д.

#### Старт №6

##### *Встречная эстафета*

Команда делится пополам. Одна часть команды переходит на противоположную линию площадки. Эстафетная палочка у капитана, который стоит первый в одной колонне. По сигналу первый начинает бежать к противоположному игроку и передает палочку первому в другой колонне и т.д., пока игроки не