**Сценарий**

**спортивного мероприятия «Королева скакалки»**

**Цели:**

1. Продемонстрировать Различные виды прыжков через скакалку. (презентация)
2. Развивать у участников команд чувство коллективизма, стремление к победе, желание выполнять задание быстро и правильно.
3. Развивать основные виды движения, бег, ориентировку в пространстве, силу и ловкость.
4. Выявление лучших спортсменов.

**Задачи:**

1. Прививать любовь к спорту.
2. Правильно выполнять все виды основных движений.

**Инвентарь:** скакалки, длинная скакалка.

**Место проведения:**

Соревнования проводится в спортивном зале.

**Участники.**

 Все желающие посоревноваться в прыжках через скакалку.

**Программа соревнований.**

1. «Удочка»
2. Эстафета "Пробегание под скакалкой"
3. .  Эстафета «Прыжок на одной»
4. . Конкурс «Прыжки парами»
5. «Часы. » Кто больше прыгнет через длинную скакалку.
6. Творческое задание.
7. Кто больше?

**Организаторы:**

Ответственные за проведение учителя физкультуры. Физорги старших классов.

**Подведение итогов и награждение**

Команды награждаются грамотами по наибольшему количеству набранных очков.

**Ход мероприятия.**

К детям обращается старенькая-старенькая женщина (чья-нибудь бабушка или прабабушка). Она выходит со скакалкой в руках и читает стихи Агнии Барто (из фильма «Слон и веревочка»):

 Не помню я, в каком году,

 Но много лет назад

 И я бежала с прыгалкой

 Весной в зеленый сад.

 Весной я прыгала в саду,

 Как скачут все ребята...

 Не помню я, в каком году,

 Давным-давно, когда-то.

«Теперь я уже старенькая, - говорит бабушка, - прыгать ловко не могу, а вы, ребята, мои внучата, вы же мастера скакалки. Покажите нам свое искусство».

Показательное выступление девочек, занимающихся художественной гимнастикой. Упражнение со скакалкой.

Тут прохожим, не пройти.

тут веревка на пути.

хором девочки считают

десять раз по десяти

**Проводим разминку вместе с учащимися.**

Дружно вместе каждый шаг,

 Держим прыгалки в руках.

 Раз, два, три, четыре,

 Пять, шесть, семь. Стоп.

 Слушай счет, прямей держись,

 За веревку не запнись.

 Раз, два, три, четыре,

 Пять, шесть, семь. Стоп.

 Скачет волк в лесу густом,

 Прыгнул заяц за кустом.

 Раз, два, три, четыре,

 Пять, шесть, семь. Стоп.

 За плотиной, у пруда

 Скачет в мельнице вода.

 Раз, два, три, четыре,

 Пять, шесть, семь. Стоп.

 Вот и мы начнем опять

 Через прыгалку скакать:

 Раз, два, три, четыре,

 Пять, шесть, семь. Стоп.

 Раз, два, три, четыре, пять, шесть, семь,

 Прыгать сразу вместе всем.

 Раз, два, три, четыре, пять, шесть, семь.

Каждый из ребят получает короткую скакалку. На слова «Дружно вместе каждый шаг, держим прыгалки в руках» все идут в один или два ряда друг за другом, держа скакалки на плечах. После этих слов они тотчас же начинают прыгать все вместе семь раз подряд, громко выкрикивая «Раз, два, три...», и так на протяжении всего текста.

А теперь, ребята, давайте позовем к нам игру:

пусть девчонки и мальчишки, вся озорная детвора

сегодня скажут громко-громко"добро пожаловать, игра".

1. Игра  «Удочка»

Удочка Веселая детская игра со скакалкой на выносливость и координацию движений. В нее можно играть очень большой группой (10-20 человек).

**Описание игры**

 Перед началом игры выбирается водящий. Все ребята становятся в круг( круг очерчивают), а водящий в центр круга со скакалкой в руках. Он начинает вращать скакалку так, чтобы та скользила по полу, делая круг за кругом под ногами играющих. Игроки подпрыгивают, стараясь, чтобы она не задела кого-либо из них.

 **Правила игры**

1. Пойманным игрок считается в том случае, если скакалка коснулась его не выше голеностопа.  2. Игроки не должны приближаться к водящему во время прыжков.

3. Тот, кто заденет скакалку становится в середину и начинает вращать веревку, а бывший водящий занимает его место.

**Примечания** Из дополнительных предметов вам понадобится скакалка (можно также использовать веревочку, на конце которой привязан мешочек с песком). Можно использовать другой вариант этой игры, которая будет носить соревновательный характер - задевший веревку игрок выбывает из игры. Победителями становятся 10 последних игроков, которые не задели веревочки.

2. Эстафета "Пробегание под скакалкой" . По сигналу пробежать под скакалкой, не задев ее вернуться назад, коснуться рукой других игроков и встать в конце своей команды, тот, кого веревка задела, должен покинуть команду.(8 человек)

3.  Эстафета «Прыжок на одной»

Команда строится перед стартовой линией. На лицевой линии перед командой стоит ограничительная стойка. В руках у первой участницы скакалка. По команде первая участница, поддерживая скакалку одной ногой, должна доскакать до стойки, оббежать стойку, обратно бегом, выполняя бег через скакалку. Нельзя ногой, поддерживающей скакалку касаться пола; доскакать надо до стойки; обязательно оббежать стойку; нельзя бежать со скакалкой в руках; на каждый второй шаг происходит прыжок через скакалку; скакалка следующей участнице передаётся за линией старта.Кто допустил ошибку- выбывает.( 6 человек)

4. Конкурс «Прыжки парами»

 Команда делится на пары. Каждая пара, стоя плечо к плечу и держа скакалку соответственно правой и левой руками, должны выполнить большее количество прыжков за 30сек. На старт сначала выходят первые пары всех команд, затем вторые пары и т.д. Учащиеся с меньшим количеством прыжков выбывает. (4 человека)

Правила: пара сделавшая ошибку продолжает прыгать, а судья считать количество прыжков.

5. «Часы. » Кто больше прыгнет через длинную скакалку. Часы пробили раз…

 Две девочки крутят скакалку, учащиеся становятся в колонну  вдоль скакалки и одно. Надо сделать как можно больше прыжков. Каждой команде даётся три попытки. Учащийся с меньшим количеством прыжков-выбывает.

6.Творческое задание.

Чтение стихотворения А. Л. Барто « Верёвочка»

 «-Я и прямо,

Я и боком,

 С поворотом,

 И с прискоком,

И с разбега,

  И на месте,  И двумя ногами вместе...

 Доскакала до угла.  -Я б не так ещѐ могла»

Как зовут героиню этого стихотворения и что она делает?

А вы попробуйте изобразить героиню стихотворения- Лидочку и выполните эти прыжки.

Лучший участник проходит в последний тур. (По одному из каждой команды.)

7. Кто больше?

Участники праздника выполняют прыжки через скакалку за 1 мин.

Кто выполнил большое количество прыжков- тот и становится королевой скакалки.

Ну что ж, пора нам прощаться со скакалкой, Но думаю, что всем вам с ней расставаться жалко.

Поэтому, ребята, о ней не забывайте! И в ваши игры чаще скакалку.