

СБОРНИК

СЦЕНАРИЕВ СПОРТИВНО-ДОСУГОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ

для детей и молодёжи

по проекту «Сёлам тоже нужен ЗОЖ»,

реализованному Алтайской краевой общественной организацией

«Поддержка общественных инициатив»

на средства гранта Президента Российской Федерации

2022-2023гг.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ.....	3
2.	ЗИМНИЕ СТАРТЫ.....	11
3.	ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ.....	18
4.	ПУТЕШЕСТВИЕ ПО СТАНЦИЯМ.....	20
5.	БУДЬ ЗДОРОВ, НЕ БОЛЕЙ!.....	24
6.	ЛЕТНЯЯ ЭСТАФЕТА.....	27
7.	СО СПОРТОМ ПО ЖИЗНИ.....	36
8.	КРЕСТИКИ-НОЛИКИ.....	38
9.	ДЕТСТВО, СПОРТ, УСПЕХ.....	43
10.	ВЕСЕННИЕ СТАРТЫ.....	47

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ЗИМНИЕ ЗАБАВЫ»

Цель: Пропаганда здорового образа жизни.

Задача: Организация активного отдыха детей.

Место проведения: стадион, спортивная площадка.

Инвентарь: лыжи на мягком креплении, лыжные палки, тканевые мячи, санки, вёдра, швабры, кубики, обручи, варежки, метлы, фишки, конусы, канат, дартс, валенки, клюшки, шайбы, шишки.

Ведущий 1: Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости!

Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня на нашем стадионе!

Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр - «Зимние забавы!».

Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

Встречайте команды!!!

Ведущий 2:

Начинаем зимний праздник, будут игры, будет смех

И веселье, и забавы приготовлены для всех,

У зимы есть свои ласки, есть чудесные деньки,

Льжи есть, гора, салазки, лёд зеркальный и коньки!

Ведущий 1:

Пусть забористый мороз щиплет щёки нам и нос,

Любим мы играть в снежки, любим лыжи и коньки,

Нам зима красавица очень-очень нравится!

А теперь командам первое задание: Визитная карточка команды – название, девиз, эмблема, приветствие командам-соперницам.

Ведущий 2: Ребята, прежде чем мы начнем спортивную часть наших состязаний нам нужно провести разминку (все вместе выполняют зарядку).

Мы похлопаем в ладоши – раз, два, три, четыре, пять.

Мы потопаем немножко – раз, два, три, четыре, пять.

Мы наклонимся сейчас – раз, два.

И попрыгаем – восемь раз.

Быстро мы идём вперёд – раз, два, три.

И назад быстрее топ-топ – раз, два, три (всё повторить два-три раза).

Ведущий 1: Мы начинаем соревнования. В каждой эстафете определяется победитель.

Победитель определяется по наибольшему количеству набранных очков во всех эстафетах, в случае равенства очков победитель определяется по дополнительному конкурсу.

Ведущий 2: Пусть жюри весь ход сраженья без промашки проследит,

Кто окажется сильнее, в наших играх победит?

(представление членов жюри).

Ведущий 1:

Над землю закружила вновь зима свой хоровод.

Пусть здоровье, радость, силу зимний спорт нам принесёт.

Все мы скажем «Нет» простуде, нам морозы нипочём,

Мы дружить с коньками будем, с клюшкой, шайбой и мячом.

Ведущий 2:

Спорт на свете есть такой, популярен он зимой

На полозьях ты бежишь, за соперником спешишь (лыжные гонки).

Задание 1. «Гонки лыжников»

Команды построены в колонны по одному, на линии старта находится одна лыжа на мягком креплении и пара лыжных палок. По сигналу судьи первый участник команды становится на одну лыжу, свободной ногой и лыжными палками отталкивается и идёт до поворотной стойки (расстояние 18-20 м), обегает её и таким же способом возвращается на линию старта и передаёт лыжу и палки второму игроку, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 1:

Не летает эта птица в Антарктиде между льдин.

Ходит важно и гордится, что одет во фрак...(пингвин).

Задание 2. «Весёлые пингвины»

Команды построены в колонны по одному, в руках у первого участника команды тканевый мяч. По сигналу судьи первый игрок зажимает мяч коленями и прыгает до поворотной стойки (расстояние 18-20м), добежав, берёт мяч в руки и бегом возвращается на линию старта и передаёт мяч второму игроку, который повторяет задание и т.д., если мяч упал, то игрок обязан поднять его, зажать обратно коленями и продолжить эстафету. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 2:

С горки сами вниз летят, а на горку не хотят!

Надо в горку за верёвку каждый раз тянуть назад (санки).

Задание 3. «Ямщик, не гони лошадей»

Команды построены в колонны по два, на линии старта стоят санки. По сигналу судьи первая пара участников начинает выполнять задание - один садиться на санки, второй в роли «лошадки» бегом везёт санки до поворотной стойки (расстояние 18-20 м), где участники меняются местами и таким же способом возвращаются на линию старта и передают санки второй паре участников, которые повторяют задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 1:

Девочки внимание! Мальчики внимание!

Есть для вас ещё одно весёлое задание.

Задание 4. «За снегом»

Команды построены в колонны по одному. Первое задание команде – наполнить два ведра снегом. По сигналу судьи первый игрок команды с ведёрками в руках добегает до поворотной стойки (расстояние 18-20м), обегает её и бегом возвращается на линию старта и передаёт ведёрки второму участнику, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 2:

На площадке ледяной игроки метут метлой

И по льду гоняют камень, что за спорт здесь перед нами? (кёрлинг).

Задание 5. «Кёрлинг»

Команды построены в колонны по одному, в руках у первого участника швабра, на линии старта лежат кубики по количеству участников каждой команды, на противоположной стороне площадки на расстоянии 18-20м лежит обруч. По сигналу судьи первый игрок берёт один кубик и шваброй ведёт его до обруча, загоняет его в обруч и бегом со шваброй в руках возвращается на линию старта и передает её второму участнику, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 1:

Вопрос не лёгкий у меня, как это называют,
Когда спортсмены на санях по желобу съезжают? (бобслей).

Задание 6. «Бобслей» (гонки на санках)

Команды построены в колонны по два, на линии старта стоят санки. По сигналу судьи первая пара участников начинает выполнять задание - первый участник занимает исходное положение, сидя на санках, второй встает за партнёром с опорой руками на спину и начинает разбег, толкая санки с партнёром вперёд до поворотной стойки (расстояние 18-20м). Там участники эстафеты меняются местами и таким же образом возвращаются на линию старта, и передают санки второй паре игроков, которые повторяют задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 2:

Он рождён зимой морозной, нос морковкой, сам холодный.
С рожденья к снегу он привык - значит, это...(снеговик).

Задание 7. «Снеговик»

Команды построены в колонны по одному, на линии старта стоят санки. По сигналу судьи первый участник везёт на санках одного из игроков своей команды («снеговика») до конуса (расстояние 18-20 м) и оставляет его там вместе с санками, сам возвращается на линию старта и передаёт эстафету следующему игроку. Игроки по очереди бегут и надевают «снеговика»: второй игрок - варежки, третий – ведро (шапку), четвёртый – метлу, и на санках везёт «снеговика» обратно на линию старта. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнила задание.

Ведущий 1:

Словно море трибуны шумят, нынче будет нелегким сраженье

Поболеем за смелых ребят, за спортивный задор и уменье!

Задание 8. «Конкурс капитанов»

В конкурсе принимают участие только капитаны команд, соревнования проводятся по круговой системе до двух побед. На линиях в 5-6 метрах друг от друга ставятся санки носами в противоположные стороны, сидящие на санках капитаны команд, держат в руках канат и по команде судьи стараются перетянуть соперника и уехать как можно дальше.

Выигрывает капитан, который одержит больше побед.

Ведущий 1:

Трудно, что ни говори,

мчать на скорости с горы!

И препятствия стоят –

там флажков есть целый ряд.

Лыжнику пройти их надо,

за победу ждёт награда.

Хлынут поздравленья валом,

этот спорт зовётся... (слалом).

Задание 9. «Слалом»

Команды построены в колонны по одному, на линии старта стоят лыжи на мягком креплении, на противоположной стороне площадки на расстоянии 15м от линии старта стоит первая фишка, а далее через метр друг от друга ещё 5-6 фишек. По сигналу судьи первый участник надевает лыжи, добегают до фишек и «змейкой» обегает их, преодолев последнюю фишку по прямой на лыжах, возвращается на линию старта и передает лыжи второму игроку, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 2:

Видели мы все немало, но такого не бывало,

Эстафета на метле из сосны или из ёлки!

Задание 10. «Верхом на помеле»

Команды построены в колонны по одному, в руках у первого участника метла. По сигналу судьи первый игрок верхом садится на метлу и бегом бежит до поворотной стойки

(расстояние 18-20 м), обегает её и таким же способом возвращается на линию старта и передает метлу второму участнику, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 1:

И в мишень спортсмен стреляет, и на лыжах мчится он.

А вид спорта называют очень просто... (биатлон).

Задание 11. «Биатлон»

Команды построены в колонны по одному, на линии старта лежат лыжи на мягком креплении, на противоположной стороне площадки на расстоянии 18 м стоит конус, где лежат три дротики, на расстоянии 2-3 м от конуса на щите или стуле закреплена мишень от дартса.

По сигналу судьи первый участник на лыжах добегают до конуса и, не заступая за линию, по одному бросает дротики в мишень, в независимости попал или нет в мишень, игрок на лыжах возвращается на линию старта и передаёт лыжи второму участнику, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнила задание, также учитывается количество попаданий в мишень.

Ведущий 2:

На вид - сапожки тоже, да только не из кожи,

Из шерсти их изготавливают, не шьют, не вяжут, а валяют.

Знает взрослый человек, знает даже маленький,

Чтоб зимою не болеть, надевают... (валенки).

Задание 12. «Метание валенка в цель»

Команды построены в колонны по одному, от линии старта на расстоянии 15-16 м стоит конус, возле которого стоит пара валенок, на расстоянии 5-6 м от конуса лежит обруч. По сигналу судьи первый участник добегают до конуса берёт валенки и бросает их в обруч поочередно, бегом возвращается на линию старта, если даже не попал валенком в обруч, передаёт эстафету второму игроку, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание, учитывается количество попаданий валенком в обруч.

Ведущий 1:

Посмотрите – вот герой! Он летит вниз головой,
Животом на санках лежа, страшно так,
Мороз по коже (скелетон).

Задание 13. «Скелетон» (каракатица на санках)

Команды построены в колонны по одному, на линии старта стоят санки. По сигналу судьи первый участник принимает исходное положение на санках лежа на животе, руки и ноги на снегу, игрок стартует, отталкиваясь руками и ногами, толкая санки вперёд, преодолевает расстояние 18-20 м до поворотной стойки, возвращается на линию старта с санками, везя их за верёвку, и передаёт их второму игроку, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 2:

Тех, кто смелей, кто быстрее и храбрей,
Приглашаем на эстафету под названием «хоккей».

Задание 14. «Хоккей»

Команды построены в колонны по одному, в руках у первого участника клюшка, на линии старта лежит шайба. По сигналу судьи первый игрок выполняет ведение шайбы до поворотной стойки, расстояние 18-20м, обегает её и таким же способом возвращается на линию старта и передаёт клюшку и шайбу второму игроку, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда быстрее и правильно выполнившая задание.

Ведущий 1:

Развивать ловкость и внимание помогают соревнования.
Продолжаем «весёлые старты», соревнуются наши команды.

Задание 15. «Накорми белочку»

Команды построены в колонны по одному, на противоположной стороне площадки на расстоянии 15м лежит обруч, в котором лежат шишки (по количеству участников команды), на расстоянии 5м от обруча стоит кормушка для белочки (коробка). По сигналу судьи первый игрок бежит до обруча берёт одну шишку, добегают до кормушки (коробки) и кладёт шишку в неё. Бегом возвращается на линию старта и передаёт эстафету второму участнику, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Ведущий 2:

Хорошо спортсменом быть, дальше всех бежать и плыть,
На лыжах скользить легко далеко,
а без лыж с палками пройти нелегко.

Задание 16. «Скандинавская ходьба»

Команды построены в колонны по одному, у первого участника в руках лыжные палки. По сигналу судьи первый игрок с лыжными палками (без лыж) поочередно отталкиваясь руками, выполняет быстрые широкие шаги, имитируя попеременный двушажный лыжный ход, доходит (бежать категорически нельзя) до поворотной стойки, обходит её и таким же способом возвращается на линию старта и передаёт лыжные палки второму участнику, который повторяет задание и т.д. Выигрывает команда, которая быстрее и правильно выполнит задание.

Дополнительный конкурс в случае равенства очков.

Ведущий 1:

А какая ж из команд самая сильная? Ну, ребята, подтянись.
Друг за другом становись. Раз, два – взяли!!! Канат тянуть начали.
Участвует вся команда.

Задание 17. «Перетягивание каната»

Ведущий 2:

Любите лыжи и коньки, да морозные деньки!
Праздник весёлый удался на славу!
Думаю, всем он пришёлся по нраву!

Команды строятся на подведение итогов соревнований и награждение всех участников праздника. Подарками, дипломами и медалями.

Ведущий 1:

Мы заканчиваем праздник -
Веселилась детвора!
На прощанье, всем желаем
Быть здоровыми всегда!!!

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «ЗИМНИЕ СТАРТЫ»

Цель: Пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

1. Привлекать ребят к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
2. Укреплять здоровье учащихся;
3. Развивать физические и морально-волевые качества учащихся.

Место проведения: спортзал.

Оборудование и инвентарь: секундомер, свисток, конусы, шапки, шарфы, валенки, баскетбольные мячи, санки, картонные коробки, хоккейные клюшки, шайбы, канат, коньки, лыжи.

Состав команды: 5 участников.

Участники заходят в спортивный зал и строятся, звучит детская песня о зиме.

Ведущий 1:

Пришла зима, пришла зима,
Оделись в белое дома.
Стоят деревья в шапках белые,
Зима для сильных, ловких, смелых!
Санки, лыжи, клюшки и коньки
Наступили благодатные деньки!

Ведущий 2: Здравствуйте, участники соревнований, болельщики, а также гости!

Дети: Здравствуйте!

Ведущий 1: Мы рады приветствовать Вас на нашем спортивном празднике «Зимние старты».

Ведущий 2:

Затей у нас большой запас,
И все они, друзья, для вас!
И сейчас без опоздания,
Начинаем зимние состязанья!

Ведущий 1: Уважаемые участники, разрешите мне представить жюри, которое будет внимательно следить за ходом наших состязаний (представление членов жюри).

Ведущий 2: Прошу капитанов представить свои команды.

Задание 1. «Представление команд»

Каждая команда представляет себя в любой творческой форме (название, девиз, эмблема и т. д.)

Ведущий 1:

На дворе белым-бело...
Сколько снегу намело!
Ой-ой-ой, какой мороз!
Отморозить можно нос!
Шапку непременно,
На голову оденем.
Валенки на ножки,
Бегать по дорожкам!
В тёплый шарфик спрячем нос,
И не страшен нам мороз!

Задание 2. «Прогулка»

Первый игрок надевает шапку, шарф, на ноги обувает валенки. По сигналу, первый игрок добегают до стойки, обегает её, возвращается в свою команду. Снимает всю одежду и передаёт её следующему участнику и т. д.

Ведущий 2:

Давай, дружок, смелей, дружок,
Кати по снегу свой снежок.
Он превратится в снежный ком,
И станет ком снеговиком.

Задание 3. «Снежный ком»

У первого участника в руках баскетбольный мяч. По сигналу, участник катит мяч, до конуса, обегает его, бегом с мячом в руках возвращается в команду. Передаёт мяч следующему участнику т.д.

Ведущий 1:

Детвора зимой не тужит,
Целый день со спортом дружит,

Зимних видов спорта много есть.

Сколько сможешь перечислить?

Задание 4. «Собери слово»

Каждой команде выдаются буквы, из которых необходимо сложить 10 слов, связанных с зимними видами спорта.

Побеждает команда, которая собрала наибольшее количество слов за 15 минут.

Конкурс для болельщиков «Спортивный инвентарь и снаряжение»

Проводится во время подготовки конкурса «Собери слово».

Задание: болельщикам по очереди зачитываются вопросы:

1. Он может быть сделан из резины или пробки, сплетен из ниток, обшит кожей. Его можно бросать, передавать, вести в любом направлении. (Мяч)
2. Они помогают спортсмену плыть быстрее. (Ласты)
3. Он защищает голову спортсмена. (Шлем)
4. Прибор, с помощью которого человек может дышать под водой. (Акваланг)
5. Они защищают колени спортсмена при падении или столкновении. (Наколенники)
6. Длинная палка, которой спортсмен забивает шары в бильярде. (Кий)
7. Стальной стержень, с двух сторон которого надеваются стальные диски. (Штанга)
8. Мягкие матрасы, на которые падают спортсмены после выполнения прыжка. (Маты)
9. Короткие деревянные палки, которые во время игры сбивают битой. (Городки)
10. Их используют при игре в боулинг. (Кегли)
11. Через неё кидают мяч в волейболе. (Сетка)
12. Она защищает глаза спортсмена от воды. (Маска)
13. Деревянная палка с загнутым концом, которой бьют по шайбе. (Клюшка)
14. Он сделан из пробки, имеет лёгкий ажурный венец; его используют при игре в бадминтон. (Волан)
15. Их защищает вратарь. (Ворота)
16. Ею отбивают воланы и мячи. (Ракетка)
17. Они находятся на подошве, чтобы обувь не скользила. (Шипы)
18. На ней плавают с парусом в виндсёрфинге. (Доска)

19. Толстая палка, которой отбивают мячики. (Бита)

20. Летний вариант коньков. (Ролики)

Ведущий 2:

По снежку на санках дети,

Мчатся с горки, словно ветер.

Кто боится в снег свалиться

Пусть на санки не садится.

Задание 5. «Саночки»

У первых участников в руках санки. По сигналу первые участники ложатся животом на санки, катятся до конуса (обходят его), так же возвращаются в команду.

Передают санки следующим участникам и т.д.

Ведущий 1: Загадаю вам ребятки, о зиме теперь загадки!

Задание 6. «Загадки о зиме»

Бежит по снегу,

А следов не видно. (Позёмка)

Кто поляны белит белым?

И на окнах пишет мелом?

Шьёт пуховые перины,

Разукрасил все витрины? (Мороз)

Без крыльев, а летит,

Без корней, а растёт. (Снег)

Кто никуда никогда не опаздывает? (Новый год)

И не снег, и не лёд,

А серебром деревья уберёт. (Иней)

Кручу, верчу, знать никого не хочу. (Метель)

Бегут по дорожке доски да ножки. (Лыжи)

Солнце выглянет – заплачет,

Солнца нет – слезинки спрячет. (Сосульки)

Гуляет в поле, да не конь,

Летает на воле, да не птица. (Ветер)

За верёвочку коня,

В горку я тащу.

Ну, а с горки быстро я,
На коне лечу! (Санки)

Кто по снегу,
Быстро мчится.

Провалиться не боится? (Лыжник)

Что за звёздочка такая
На жакете, на платке,
Вся сквозная, вырезная,
А сожмёшь – вода в руке? (Снежинка)

Ведущий 2: Блестят коньки,

Блестит каток.

Пушистый снег искрится,

Надень коньки свои, дружок.

Попробуй прокатиться!

Задание 7. **«Коньки»**

У первых участников коньки – ими будут картонные коробки. По сигналу первые участники становятся ногами в коробки, катятся «на коньках» до конуса, обходят его и также возвращаются в команду, передают эстафету следующим участникам и т.д.

Ведущий 1:

Есть отдельные слова,

Поработай голова,

Сочини из слов рассказ,

И порадуй этим нас!

Задание 8. **«Сочини рассказ»**

Наборы слов для 4-х команд:

1. утро, лес, лыжи, смех, снег, горка, ёлка, мочалка
2. пруд, лёд, коньки, волчок, тарелка, прыжок, мороз, радость
3. гора, санки, сугроб, полёт, тёрка, детвора, веселье, зима
4. хоккей, каток, бросок, ворота, носок, азарт, клюшка, шайба

Составьте небольшой рассказ с обязательным использованием предложенного набора слов.

Ведущий 2:

Быть хоккеистом нелегко,
Бить нужно точно далеко.
Клюшку, шайбу мы берём,
И в хоккей играть идём.

Задание 9. «Трус не играет в хоккей»

У первых участников в руках клюшка на полу лежит шайба. По дистанции стоят ориентиры. По сигналу первый участник обводит клюшкой шайбу между ориентирами, обегает конус, взяв шайбу в руки, бежит в команду и передаёт клюшку с шайбой следующему участнику и т.д.

Ведущий 1:

Гулял, играл и развлекался,
Любимым делом занимался.
Несчастный случай, вот беда,
Не ожидаем никогда.
Ты не теряйся, не робей,
Приди на помощь поскорей!

Задание 10. «Экстрим»

Каждой команде будет предложена экстремальная ситуация, связанная с различными зимними забавами. Ваша задача за 3 минуты написать план своих действий в этой ситуации.

1. Вы с другом катаетесь на замёрзшем пруду. Вдруг лёд трескается, и ваш друг проваливается в полынью.
2. Вы катаетесь на лыжах с друзьями. Один из друзей падает и подворачивает ногу.
3. Вы играете в хоккей. Шайба прилетает в лицо вратаря, из носа течёт кровь.
4. Ваша младшая сестра скатилась с горы, санки перевернулись, сестра плачет и жалуется на сильную боль в руке.

Ведущий 2:

Эстафету предлагаем, все команды приглашаем,

Скорость, чёткость и внимание – залог успеха состязания!

Задание 11. «Эстафета»

Игроки одной команды выстраиваются в шеренгу на расстоянии 3-5 метров друг от друга по длине зала.

1. первый игрок наденет шапку, шарф и валенки на второго игрока
2. второй игрок надевает лыжи и бежит к третьему игроку
3. третий игрок раздевает второго игрока: снимает шапку, шарф, валенки, лыжи и со всем этим бежит к 4-му игроку
4. четвёртый игрок надевает всё принесённое на себя и едет к пятому игроку, неся ему коньки
5. пятый игрок шнурует коньки, по окончании задания поднимает руки вверх

Побеждает команда, которая правильно выполнила задания каждого этапа, и последний игрок которой первым поднял руки.

Ведущий 1:

А сейчас, внимание – заключительное задание!

Дрожит канат, потеют руки,
Ребятам будет не до скуки!

Задание 12. «Эй, грянем, сильнее, потянем, дружнее»

Две команды берутся за разные концы каната, каждая команда тянет канат на себя, побеждают те, кто перетянет команду противника на свою сторону. Главное правило во время игры – не выпускать канат из рук.

Ведущий 1:

Ребята! Вот и подошёл к концу наш праздник «Зимние старты». Настал самый волнующий момент. Сейчас жюри объявит результаты соревнований и назовет победителя! (Жюри подводит итоги, награждение команд).

Ведущий 2:

Всех зрителей и болельщиков благодарим за внимание.

Будьте здоровы! До новых встреч!

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «ВЕСЁЛЫЕ СТАРТЫ»

Цель: Укреплять здоровье детей в совместных командных играх, развивать умение действовать в интересах команды, воспитывать чувства взаимопомощи и взаимодействия.

Задачи:

1. совершенствовать физические способности,
2. расширять и обогащать знания детей о пользе физических упражнений для здоровья,
3. воспитывать дружелюбные отношения.

Место проведения: спортзал.

Оборудование и инвентарь: конусы, скакалки, скейтборды, ракетки для бадминтона, балансиры, мешочки с песком, мячи теннисные, шары теннисные, ложки, вёдра, волейбольные мячи, гимнастические скамейки, барьеры.

Организационные моменты:

1. постановка целей
2. распределение детей по командам
3. распределение болельщиков
4. объяснение конкурсов, выбор жюри.

Конкурсы:

1. Спринтерская эстафета

2. «Космические воины»

Работа в команде. Игроки, стоя на балансире, пытаются сбить соперников волейбольным мячом, оставшиеся игроки команды подают мячи игрокам на балансире.

3. «Кенгурята»

Прыжки на скакалках.

4. «Водители»

Один игрок становится на скейтборд, а другой берёт его за руки и ведёт между конусами.

Пройдя этап, передают эстафету следующим игрокам своей команды.

5. Интеллектуальная минутка

Вопросы по спортивной тематике. Знание истории спорта России и Алтайского края:

1. Назовите олимпийских чемпионов из Алтайского края.
2. Назовите зимние виды спорта.
3. Назовите лучшего лыжника планеты на 2022 год.

6. «Робин Гуды»

Игрок с помощью рук, лёжа двигается по гимнастической скамейке, прыгает через барьер, берёт мешочек и бросает его в ведро. Бегом возвращается к команде и передаёт эстафету следующему игроку команды.

7. Самые ловкие

Игрок берёт в рот ложку с теннисным шариком и идёт по гимнастической скамейке, обходит конус. Бегом возвращается к команде и передаёт эстафету следующему игроку команды.

Подведение итогов. Награждение победителей.

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ПУТЕШЕСТВИЕ ПО СТАНЦИЯМ»

Цель: Развитие интереса к здоровому образу жизни, участию в спортивных и подвижных играх.

Оборудование: В соответствии с предполагаемым количеством команд заготавливаются маршрутные листы, карточки-задания, таблички на двери кабинетов с названиями станций, реквизит на этапе.

Участники игры: В игре принимают участие 4 команды. Составы команд должны быть максимально равнозначными по возрасту участников и их количеству. Количество игроков в командах не ограничено.

План мероприятия:

1. Организационный этап.
2. Прохождение командами этапов игры.
3. Подведение итогов.

Этапы игры:

1. Спортивный зал
2. Кабинет музыки
3. Кабинет Здоровья
4. Актный зал
5. Библиотека

Состав жюри на каждой станции: формируется из числа учащихся старших классов, педагогических работников, получивших необходимую установку и консультацию организаторов мероприятия.

Каждая команда получает маршрутные листы. Для проведения игры разработаны задания для 6 станций. Названия Командам необходимо разгадать загадку, чтобы определить место испытания. Выигрывает та команда, которая быстрее всех пройдет, все испытания и отгадает место расположения всех станций.

Определение победителя: Команда на каждой станции выполняет все предложенные задания. Команда-победитель, которая правильно выполнит все задания, быстрее всех пройдет все испытания, и прибывает в конечную точку - Спортивный зал, в котором для всех команд пройдут весёлые старты.

В качестве наград могут быть как медали по количеству участников команды, так и сладкие призы, и дипломы.

Первая станция ОЛИМПИЙСКАЯ

1. Какое современное государство считается родиной Олимпийских игр?
а) Россия; б) Греция; в) Англия; г) Китай.
 2. Каких птиц традиционно выпускают на открытии Олимпийских игр?
а) Соловей; б) Голубь; в) Ворона; г) Синица.
 3. На открытии Олимпийских игр команды идут в порядке алфавита, начиная со страны-организатора. Но впереди всегда шествует команда одной и той же страны. Какой?
а) Россия; б) Греция; в) Англия; г) Китай.
 4. Какого цвета полотнище Олимпийского флага?
а) Красный; б) Белый; в) Зеленый; г) Синий.
 5. В какое время года проводятся Белые Олимпиады?
а) Лето; б) Зима; в) Осень; г) Весна.
 6. Сколько метров в самой короткой легкоатлетической дистанции современных Олимпийских игр?
а) 200; б) 100; в) 60; г) 30.
 7. Сколько легкоатлетов одной команды принимают участие в олимпийском эстафетном забеге?
а) 3; б) 4; в) 5; г) 6.
 8. Какая олимпийская спортивная игра проводится в бассейне?
а) Гандбол; б) Водное поло; в) Баскетбол; г) Волейбол.
 9. В каком олимпийском виде спорта используется сабля?
а) Дзюдо; б) Фехтование; в) баскетбол; г) теннис.
 10. Как называют комплекс жилых помещений для спортсменов, участников Олимпийских игр?
*а) Олимпийская деревня; б) Спортивное село;
в) Городок рекордсменов; г) Чемпионская столица.*
 11. Какое из этих единоборств является Олимпийским видом спорта?
а) Самбо; б) Дзюдо; в) Каратэ; г) Айкидо.
 12. В какой части света ни разу не проводились Олимпийские игры современности?
а) В Азии; б) В Австралии; в) В Америке; г) В Африке.
- Считается количество правильных ответов.

Вторая станция ТВОРЧЕСКАЯ

Необходимо сделать МУДБОРД «Что такое ЗОЖ?»

Заранее приготовлены фото и журналы спортивные, о здоровом питании, о пользе закаливания и т.д. Время строго ограничено – 10 минут.

Третья станция СПОРТИВНАЯ

Девочки 5 человек – прыжки через скакалку за 30 секунд (необходимо набрать общее количество прыжков 300 раз).

Мальчики 5 человек – броски в баскетбольную корзину за 3 минуты (необходимо попасть 10 раз).

5 человек – прыжок в длину с места (общее количество 8 метров).

5 человек – пресс за 30 секунд (считаем общее количество).

Отжимание – общее количество 100 раз.

Набивание мяча баскетбольного за 30 сек.

При условии, если команда выполнила все действия и набрала необходимое количество баллов, судья разрешает перейти к нахождению следующей станции, отгадав загадку.

Если команда не набрала необходимое количество баллов, то судья задаёт дополнительное задание.

Четвертая станция МУЗЫКАЛЬНАЯ

Спеть песню о спорте всей командой. Или отгадать песню о спорте по первым аккордам.

(На выбор)

Пятая станция ВЕСЁЛАЯ

1 задание воздушный шар	Гнать воздушный шарик клюшкой между кеглями
2 задание резиновый мяч	Передвигаемся прыжками с мячами между ног, как кенгуру
3 задание теннисный шарик	Передвигаемся по гимнастической скамейке с теннисной ракеткой с мячом
4 задание. баскетбольный мяч	Бег в парах мяч держать зажатым животами
6 задание волейбольный мяч	На старте участники берут сразу три мяча и несут его в обруч, следующий добегают до мячей, берет их и бежит на старт. И так до последнего игрока

7 задание каракатаица	Участник принимает исходное положение: упор руками сзади, ногами вперед, мяч лежит на животе. Таким образом, каждый участник проходит дистанцию и передает эстафету следующему. В случае, если участник выронил мяч, он возвращается в исходное положение с места падения мяча и продолжает выполнять задание. Участник следующего этапа начинает выполнять задание после передачи мяча из рук в руки.
--------------------------	--

Шестая станция БЕЗОПАСНАЯ

На протяжении всей своей жизни человек может столкнуться с различными экстремальными ситуациями, которые могут угрожать его здоровью и жизни. А ведь каждая минута в экстремальных обстоятельствах - решающая. Можно столкнуться с любой ситуацией, будь то авария, пожары, техногенная катастрофа, а также ограбления, мошенничество. Поэтому в таких случаях необходимо в первую очередь рассчитывать только на самого себя. На сегодняшний день и газеты, и телевидение переполнены сведениями о преступлениях, правонарушениях, катастрофах. Это не может не сказаться на поведении людей. Обилие пугающей информации действует на психику человека. Очень важно при этом сохранять хладнокровие и грамотно строить свои действия. Вам предлагается экстремальные ситуации, вы должны серьёзно подумать и дать ответ. Время на обдумывание каждой ситуации 1 минута. Ситуации озвучиваются ведущим поочерёдно. Каждая команда выдаёт свою версию решения.

1. Вы дома смотрите телевизор в своей комнате. В соседней комнате отдыхает ваша бабушка. Внезапно телевизор начинает сильно дымить, комната быстро заполняется дымом. Ваши действия?

2. Вы вечером, возвращаясь домой, зашли в тёмный двор. Во дворе вы увидели, как несколько молодых людей пристают к девушке. Девушка кричит, пытается вырваться. Ваши действия?

3. Вы вышли из магазина и вдруг услышали громкий хлопок, похожий на выстрел. Люди начали в панике бежать в разные стороны. Ваши действия?

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «БУДЬ ЗДОРОВ, НЕ БОЛЕЙ!»

Место проведения: спортзал.

Ведущий: Быть здоровым – это значит не болеть.

- Ребята, скажите, пожалуйста, для чего нам мамы или медсестры ставят градусники?

Правильно, чтобы измерить температуру.

- А какая температура считается нормальной для человека? Правильно 36,6 градусов.

- У всех сейчас такая температура? Значит, мы все здоровы и градусники нам не нужны!

Первый конкурс нашей программы называется **«Передай градусник соседу – я больше не болею»**. Задачей наших участников является передать самодельный градусник без помощи рук, чтобы градусник был под левой подмышкой следующего участника.

Начинает конкурс капитан, который передаёт градусник следующему участнику, тот – следующему, таким образом, градусник должен оказаться у последнего участника команды. Тогда задание считается выполненным. Все команды выполняют задание под музыку одновременно.

2. «Конкурс капитанов»

Каждому участнику по очереди быстро задаются вопросы. Каждый должен быстро и не задумываясь правильно ответить на тот вопрос, который ему зададут. В случае ошибки или неправильного ответа очередь переходит к следующему участнику. Побеждает тот игрок, который правильно и быстро дал наибольшее число правильных ответов.

Вопросы для конкурса:

1. Утренняя физическая процедура? (зарядка)
2. Необходимое качество характера человека? (доброта)
3. Вредная привычка, от которой страдает наша дыхательная система? (курение)
4. Чтобы экономить своё время, надо соблюдать (режим)
5. Неосознанное повторение одного и того же действия? (привычка)
6. Как называется сила, которая помогает нам бороться с вредными привычками? (воля)
7. Какая привычка не даёт нам хорошо учиться? (лень)
8. Чтобы вовремя вставать, надо вовремя что делать? (ложиться спать)
9. Почему вредно долго сидеть за компьютером? (страдает нервная система, портится зрение)

3. Конкурс «Кто быстрее?»

Командам раздают одинаковое число воздушных шариков, и они за 2 минуты должны успеть надуть как можно больше шаров. Выигрывает та команда, у которой окажется больше надутых шариков.

4. Конкурс «Мы с тобой – одна семья!»

Ведущий предлагает повторять всем вместе текст и движения к нему:

мы с тобой - одна семья:

вы, мы, ты, я.

потрогай нос соседа справа,

потрогай нос соседа слева,

мы с тобой – друзья!

мы с тобой – одна семья:

вы, мы, ты, я.

обними соседа справа,

обними соседа слева,

мы с тобой – друзья!

мы с тобой – одна семья:

вы, мы, ты, я.

ущипни соседа справа,

ущипни соседа слева,

мы с тобой – друзья!

мы с тобой – одна семья:

вы, мы, ты, я.

поцелуй соседа справа,

поцелуй соседа слева,

мы с тобой – друзья!

5. Конкурс-эстафета «Кенгуру»

Итак, пришло время посмотреть и оценить, как наши участники физически развиты и подготовлены. Следующий конкурс нашей программы – это эстафета «Кенгуру». Как передвигается этот зверь? (прыжками) Вот и нашим участникам нужно будет по одному допрыгать до обозначенной цели и обратно к команде, зажав мяч коленями.

6. Конкурс «Немая олимпиада»

От каждой команды вызываются по два участника и им дают листочки бумаги, на которых написаны различные виды спорта: бальные танцы, футбол, метание ядра,

парусный спорт, фехтование, велоспорт, альпинизм, спортивная ходьба, автогонки и т.д. Ребята не должны показывать остальным членам команды, что именно написано на листе у каждого. Они должны по команде ведущего, как только заиграет музыка, изобразить пантомиму на тот вид спорта, который написан у каждого на листе. Остальные члены команды пытаются отгадать, какой именно вид спорта изображает их товарищ. Выигрывает та команда, которая все отгадает правильно.

Подведение итогов. Награждение победителей.

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ЛЕТНЯЯ ЭСТАФЕТА»

Цели:

- пропаганда и популяризация спорта и здорового образа жизни;
- привлечение школьников к физической культуре, как наиболее эффективной и доступной форме спорта;
- выявление сильнейших участников;

Задачи:

- закрепить полученные знания, умения и навыки в соревновательной деятельности;
- сплотить школьников в единый коллектив, объединив всех её участников общей творческой деятельностью.

Место проведения: спортивная площадка или стадион.

Участники: школьники среднего возраста.

Инвентарь: набивные мячи, обручи, баскетбольные и волейбольные мячи, хозяйственные мешки, стойки, скакалки, футбольные мячи, секундомер, канат, свисток, тапки, полотенце, ложка, тарелка, скакалка, канат.

Ведущий: Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые гости! Нам очень приятно видеть всех вас сегодня на спортивной площадке! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – «Летняя эстафета»!

Наша спортивная площадка превращается в весёлый стадион! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

Теперь пришло время познакомиться с участниками спортивного праздника. В соревнованиях участвуют 4 команды по 5 человек:

Представление команд (название, девиз, визитка).

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит.

Представление жюри:

Ведущий:

Если хочешь стать умелым,

Сильным, ловким, смелым,

Научись любить скакалки,

Обручи и палки.

Никогда не унывай,
В цель мячами попадай.
Вот здоровья в чём секрет –
Всем друзьям – физкульт-привет!
Спорт, ребята, очень нужен,
Мы со спортом очень дружим.
Спорт – помощник!
Спорт – здоровье!
Спорт – игра!
Физкульт – ура!
В мире нет рецепта лучше,
Будь со спортом неразлучен,
Проживёшь 100 лет –
Вот и весь секрет!
Мы праздник мира, дружбы открываем.
Спортивный праздник закипит сейчас!
Мы спортом дух и тело развиваем,
Он наполнит силой каждого из вас!

Ведущий: Ребята, в процессе соревнований мы с вами должны соблюдать следующие правила: уважать своих соперников;
оставаться скромными после победы;
достойно переносить поражения;
соблюдать правила игры.

Итак, с командами познакомились, жюри выбрали, напутствие услышали – пора начинать соревнование!

1. «Посадка картофеля»

Цель игры: развитие быстроты, силовой выносливости.

Команды по пять-восемь человек. Игрок, стоящий первым, - капитан, он держит в руках мешочек с пятью картофелинами (мячами). На расстоянии двадцати-тридцати шагов от каждой колонны начерчены пять кружков. По сигналу капитаны команд бегут к кружочкам и сажают картошку по одной в каждый кружочек, затем возвращаются и передают мешочек следующему игроку, который, взяв мешочек, бежит собирать картошку, и т. д.

Правила игры:

- капитаны стартуют по сигналу;
- игроки не выходят за линию без мешочка. Если картошка упала, её следует поднять и затем бежать;
- подбегать к команде надо с левой стороны.

2. «Преодолей забор»

Цель игры: развитие быстроты, выносливости, ловкости.

Помощники держат в руках гимнастические обручи на высоте 40 сантиметров от земли всего 3 обруча, задача участников добежать до обруча и пролезть в него это и будет считаться преодолением забора, добежав до финишной линии эстафеты, передать следующему.

Правила игры:

- капитаны стартуют по сигналу первыми;
- обруч руками не опускать;
- эстафету передавать касанием рукой плеча.

3. «Туристы»

Цель игры: развитие быстроты, ловкости.

Эстафета представлена полосой препятствий: игрок выполняет бег, по сигналу, добежая до первого обруча, садится и переворачивает его, также до следующего. Назад возвращается бегом, и передаёт эстафету следующему участнику своей команды.

Музыкальная пауза (дополнительный бал получает та команда, в которой танцует все участники соревнований). Звучит музыка.

4. «Точно попади»

Цель игры: развитие быстроты, ловкости и точности.

Команды по пять человек. Эстафета с баскетбольными мячами. Гимнастические обручи лежат на расстоянии 3 метров на земле. Участники конкурса ведут баскетбольный мяч, доводя его до линии выполняют бросок и стараются попасть в гимнастический обруч. Учитывается как время, так и точность броска.

Правила игры:

- капитаны стартуют по сигналу;
- после броска мяча, если мяч не попал или попал в обруч, его следует поднять и принести второму стоящему в колонне.

5. «Купание в бассейне»

На линии старта около команд лежат тапки и полотенце, капитаны по команде надевают тапки, берут полотенце, бегут до обруча снимают тапки, кладут полотенце заходят в обруч приседают 3 раза, выходят, надевают тапки, берут полотенце, бегут обратно, передают эстафету другому.

6. «Бег в мешках»

Цель игры: развитие быстроты, ловкости, прыгучести.

На линии старта около команд лежат хозяйственные мешки, капитаны становятся ногами в мешок, а руками придерживают его края. По сигналу судьи участники начинают выполнять прыжки в мешках до линии финиша, пересекая линию, снимают мешки с ног, берут их в руки и бегом возвращаются к линии старта, передают эстафету следующему участнику.

Правила игры:

- капитаны стартуют по сигналу;
- выполнять прыжки на двух ногах;
- следить, чтоб мешок не слез с ног.

Музыкальная пауза (дополнительный бал получает та команда, которая хором, дружно поет песню). Звучит музыка.

7. «Перевертыш»

Участник из каждой команды должен добежать до стула, на котором лежит лист бумаги и ручка. Ему нужно быстро написать свое имя наоборот, а потом бегом добраться до своей команды, чтобы побежал следующий участник. Важна не только скорость в этом конкурсе, но и правильность написания имен. Победит та команда, в которой будут выполнены эти 2 условия.

8. «Рыболовы»

Детям выдается ложка и тарелочка. Они вместе с посудой должны добежать до ведра, в котором плавают рыбки – спички. Участник должен зачерпнуть ложкой одну рыбку с водичкой, вылить всё это в свою тарелку и вернуться к команде, чтобы передать улов второму участнику. В итоге будет оцениваться общий улов команды и правильность выполнения задания.

9. «Конкурс капитанов»

- скакалка, прыжки за указанное время (30 секунд) наибольшее количество раз;
- набивание футбольного мяча (30 секунд) количество раз.

Сумма выполненных раз суммируется бал присуждается тому капитану, команде который набрал больше всего.

10. «Близнецы»

2 человека из команды сцепляются локтями и бегут боком к своей цели. При этом они должны спинами очень плотно прижиматься друг к другу. Побеждает самая быстрая команда.

Музыкальная пауза (ведущий под музыку выполняет ритмичные танцевальные движения, та команда, которая как можно больше и чётче повторит за ним, получает заветный дополнительный балл).

11. «Викторина»

Каждой команде задаётся по 5 вопросов, чья команда ответит больше, та и победит.

1. Начало пути к финишу (Старт)
2. Чего не надо, если есть сила (Ума)
3. Инструмент спортивного судьи (Свисток)
4. Боксёрский корт (Ринг)
5. Боксёрская трёх минутка (Раунд)
6. Спортивный снаряд для перетягивания (Канат)
7. «Бородатый» спортивный снаряд (Козёл)
8. Мяч вне игры (Аут)
9. Передача мяча в игре (Пас)
10. Игра с мячом-дыней (Регби)
11. Русский народный бейсбол (Лапта)
12. Бейсбольная ударница (Бита)
13. Танцор на льду (Фигурист)
14. Спортсмен, который ходит сидя (Шахматист)
15. Это имя объединило и известного шахматиста, и юного мага (Гарри)
16. Молодой спортсмен (Юниор)
17. Её просят лыжники (Лыжню)
18. Предки кроссовок (Кеды)
19. Летающий участник бадминтона (Воланчик)
20. Чем покрывали гладиаторскую арену в Древнем Риме (Песком)

12. «Прыжок за прыжком»

Цель игры: развивает координацию, реакцию, быстроту.

Участники выполняют прыжки друг за другом чья команда дальше прыгнет.

Правила игры:

- капитаны стартуют по сигналу;
- команда, показавшая общий лучший прыжок, получает балл.

13. «Канатоходец»

Цель игры: развивает координацию.

Каждый участник эстафеты должен пройти по лежащему на земле канату. Нельзя заступать с него на землю. Для равновесия можно пользоваться руками. Первый игрок, пройдя этап, передает эстафету следующему игроку.

Пока жюри готовится огласить окончательные итоги, все дружно отгадываем загадки.

Болею мне некогда, друзья,
В футбол, хоккей играю я.
И очень я собою горд,
Что дарит мне здоровье... (Спорт)

Эстафета нелегка.
Жду команду для рывка. (Старт)

В честной драке я не струшу,
Защиту двоих сестёр.
Бью на тренировке грушу,
Потому, что я... (Боксёр)

Он учит цели добиваться,
За олимпийский приз сражаться,
В соревнованиях побеждать
И бодрость духа не терять... (Тренер)

Не легко её добыть,
Надо храбрым в схватке быть.
Только тем она даётся,
До последнего кто бьётся... (Победа)

Спортсмены лишь лучшие
На пьедестале,
Вручают торжественно
Всем им... (Медали)

В Олимпии появились,
Веками проводились,
Войны отменяли,
Людей объединяли. (Олимпийские игры)

Едет он со стадиона
На квартиру чемпиона.
Будет жить с призёром вместе
На почётном, видном месте... (Кубок)

Бдительный страж футбольных ворот.
Правильно кто мне его назовёт? (Вратарь)

Получил боксёр удар,
На счёт «10» он не встал.
Какая же эта неудача
Называется иначе? (Нокаут)

Очень трудно жарким летом
Пробежать его атлетам,
Много долгих километров
Пролететь быстрее ветра.
Путь нелёгок, назван он
Древним словом... (Марафон)

Брешь пробита в обороне,
Угрожает ферзь короне,
Но ладья спешит вперед,
Сделав очень мудрый ход!
Кто же эти полководцы,
Что умеют так бороться? (Шахматисты)

Он от всадника сбежал,
Чтоб попасть в спортивный зал?
Нет ни гривы, ни хвоста.
Где седло и где узда?
Не катает он ребят.
Как спортивный звать снаряд? (Конь)

Коль крепко дружишь ты со мной,
Настойчив в тренировках,
То будешь в холод, в дождь и зной
Выносливым и ловким... (Спорт)

То вприпрыжку, то вприсядку
Дети делают... (Зарядку)

Он знает правила игры
И всех, кто вдруг их нарушает,
Он в виде штрафа до поры
Всех на одну скамью сажает. (Спортивный судья)

У линии условной
Спортсмены все стоят.
Никто не шевельнётся
Пока не дали... (Старт)

Спортсмен стрелой по склону мчится.
Фонтаном снег от лыж струится,
Ворота ловко объезжает,
Большую скорость развивает. (Горнолыжник)

В спорте толк он точно знает,
Он спортсменов наставляет. (Тренер)

Мчится герой по горе крутой,
Не боится он мороза,
Скорость как у паровоза. (Горнолыжник)

Соревнуемся в сноровке,
Мяч кидаем, скачем ловко,
Кувыркаемся при этом.
Так проходят... (Эстафеты)

Кинешь в речку – не тонет,
Бьёшь о стенку – не стонет.
Будешь оземь кидать –
Станет кверху летать... (Мяч)

Я смотрю – у чемпиона
Штанга весом в четверть тонны.
Я хочу таким же стать,
Чтоб сестрёнку защищать!
Буду я теперь в квартире
Поднимать большие... (Гири)

Этот конь не ест овса,
Вместо ног – два колеса.
Сядь верхом и мчись на нём,
Только лучше правь рулём... (Велосипед)

Воздух режет ловко–ловко,
Палка справа, слева палка,
Ну а между них верёвка.
Это длинная... (Скакалка)

Слово жюри, подведение итогов за конкурсы.

Награждение команд.

Команды награждаются грамотами за I, II, III места и сладкими призами.

Ведущий: Вот и закончился наш спортивный праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Ещё раз поздравляем всех с этим спортивным праздником! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость!

До новых встреч!

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «СО СПОРТОМ ПО ЖИЗНИ»

Цель: Пропаганда здорового образа жизни.

Задача: Организация активного отдыха детей.

Инвентарь: мячи, скакалки, теннисные ракетки и шары, обручи, кегли.

Место проведения: спортивная площадка.

1. «Мяч в корзину»

Вся команда поочередно пытается забросить мяч в корзину с определённого расстояния.

Подсчитываем количество попаданий каждой команды.

2. «Кузнечик»

Каждой команде выдаётся по 1 скакалке. В конце стоит (стул, человек или нарисована линия). Эстафета со скакалкой – допрыгать до точки пункта и обратно, побеждает команда, участники которой быстрее преодолеют дистанцию.

3. «Чебурашка»

Каждой команде выдаётся по 3 мяча. Задача детей зажать 1 мяч между коленями, остальные 2 мяча в руках. Нужно добежать до контрольного пункта и вернуться с тремя мячами обратно в руках.

Мячи передаются следующему игроку. Выигрывает та команда, которая быстрее и лучше справиться с заданием.

4. «Ловкачи»

Команда стоит в колонну по одному. В руках у первого игрока шар и теннисная ракетка. Задачу детей пронести шар на ракетке до финиша и обратно, а затем передать шар с ракеткой следующему игроку.

5. «Лягушка»

Сидя на мяче, прыжками добраться до обруча, пролезть через него, вернуться назад бегом, держа в руках мяч. Передать мяч следующему участнику команды.

Выигрывает команда, первой закончившая эстафету.

6. «Змейка»

Парами оббежать «змейкой» (конусы, кегли), поставленные на расстоянии, и вернуться обратно. Передать эстафету следующей паре и т.д.

7. «Прыжок в длину»

Каждый участник с места прыгает в длину. Расстояние каждого участника фиксируется мелом. Победит та команда, где находится участник, который пригнул наибольшее расстояние.

Подведение итогов.

Пока подводятся итоги, можно расставить кегли на одну меньше участников и включить музыку. Участники танцуют по кругу, как только музыка останавливается нужно взять кеглю в руки. Выбывает участник, которому не досталась кегля.

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «КРЕСТИКИ-НОЛИКИ»

Цели:

- повышение познавательного интереса к физическому воспитанию, спорту и здоровому образу жизни;
- закрепление теоретических знаний по физической культуре и спорту;
- содействие развитию скорости, ловкости; воспитание дружелюбия, коллективизма.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование: мячи, ведра, воздушные шары, кегли, туалетная бумага, светонепроницаемые повязки, карточки со словами-перевёртышами, секундомер, свисток.

Музыкальное оформление: подборки популярной музыки под конкурсную программу.

Участники: учащиеся 2-6 классов.

Ведущий 1: Здравствуйте, дорогие ребята!

Ведущий 2: Мы говорим вам: «Здравствуйте!», а это значит, что мы всем вам желаем здоровья! А, как известно, здоровье является главной ценностью человека. И сегодня, в этом зале состоится спортивно-игровая программа «Крестики-нолики», в которой будут принимать участие две команды.

Ведущий 1: Все знают игру «крестики-нолики», чья команда быстрее по правилам. (Игроки по очереди ставят на свободные клетки поля знаки (один всегда крестики, другой всегда нолики). Первый, выстроивший в ряд 3 своих фигуры по вертикали, горизонтали или большой диагонали, выигрывает. Поле размещено на полу, на нём листы А4 с конкурсами. Команда победитель выбирает любой листок и выполняет задание.

Ведущий 2: Друзья! А сейчас я хочу вам представить участников сегодняшней игры «Крестики-нолики». Встречайте бурными аплодисментами команду «Крестики» и команду «Нолики».

Ведущий 1: Это самые ловкие и сильные мальчишки, и самые быстрые и обаятельные девчонки. Давайте громкими аплодисментами поприветствуем их и пожелаем удачи в нелегкой борьбе!

Ведущий 2: Внимание, внимание! Мы начинаем нашу игру юности и красоты... Оптимизма и хорошего настроения... Успеха и победы...

И сейчас наступает самый ответственный момент нашей игры. Я приглашаю выйти капитанов команд. Вам предстоит сыграть в простую игру крестики-нолики, чтобы определить порядок конкурсов. Ну, что готовы? Тогда начинаем. И первыми сделать ход я

предоставляю право команде «Крестики». Ваш ход (и так до конца). Победила команда _____ . Именно вам предоставляется право первым выбрать конкурс. Пожалуйста, откройте одну из ячеек, которую вы выбрали.

Итак, первый конкурс **«Обгони-ка»**

Команды стоят напротив друг друга на определённом расстоянии. Рассчитываются по порядку, чей номер называется, тот бежит к средней линии. Кто быстрее.

2. «Попрыгай-ка»

Команды по очереди прыгают в разные стороны от места приземления противника. Кто дальше окажется от средней линии, тот – победитель.

3. «Снайперы»

Напротив каждой команды стоит ведро, участники бросают мячи, побеждает та команда, у которой больше всего попаданий.

4. «Мумия»

Как можно быстрее, используя туалетную бумагу, все участники команды, по очереди обматывают с головы до ног одного члена команды.

5. «Я + ты = мы»

Этот конкурс рассчитан на быстроту реакции, активность и внимательность команды.

Ведущий по свистку предлагает построиться:

- по росту (от большого к маленькому),
- по алфавиту первых букв имён,
- по размеру обуви (от большого к маленькому),
- по длине волос (от длинных к коротким).

Выигрывает та команда, которая быстрее и правильнее выполнила все задания.

6. «Передай мяч»

Дети делятся на две команды. Игроки каждой команды строятся один за другим в колонну. Первые участники держат в руках по мячу. За сигналом ведущего первый игрок в каждой команде передаёт мяч тому, кто сзади, над головой. Последний в команде, получив мяч, бежит к началу колонны, встаёт первым и передаёт мяч следующему за ним тоже над головой. И так до тех пор, пока первый не вернётся на своё место. Побеждает та команда, которая закончит игру первой.

7. «Воздушные кенгуру»

Разбейте участников на команды и попросите участников встать друг за другом. Выдайте каждой команде воздушный шар. Первый участник зажимает воздушный шар между колен и, как кенгуру, прыгает с ним до кегли окончания дистанции. Вернувшись таким же образом назад, он передаёт шарик следующему игроку и так далее. Победителем становится команда, чьи игроки первыми закончат эстафету.

8. «Прокати мяч»

Команды выстраиваются в колонны по одному. Перед первым игроком каждой команды лежит волейбольный или набивной мяч. Игроки ведут мяч с помощью клюшки вперёд. Обогнув кеглю, игроки возвращаются также к своим командам и передают мяч следующему игроку. Выигрывает та команда, которая справится с заданием.

Викторина со зрителями

1. Фрукт для лечения температуры? (лимон, малина)
2. Когда закаляться лучше всего? (летом)
3. Каким спортом можно заниматься зимой? (произвольный ответ)
4. Можно ли давать другим свою расческу/помаду/полотенце? (нет, можно заразиться кожным заболеванием)
5. Можно ли пить из лужи? (нет, в критических условиях лучше соорудить простейший фильтр)
6. Почему не стоит гладить бездомных животных? (много паразитов может передаваться)
7. Какие самые вредные продукты вы знаете? (чипсы, лимонады и прочее)
8. Вредна ли еда из Макдональдса? (не вредна при очень редком употреблении в ограниченном количестве)
9. В какое время суток лучше совершать ежедневную пробежку? (вечером, по мнению, большинства врачей)
10. Основная причина смерти во время приёма наркотических веществ, даже впервые (передозировка)
11. Наркотики уничтожают клетки белков, ответственные за иммунную систему, так как при приготовлении их используют всевозможные растворители. Какой орган, значит, страдает первым? (печень)
12. Народная мудрость учит нас, что это приносит одну радость, но сто видов горя. Что это? (алкоголь)
13. Самое распространенное и доступное всем наркотическое вещество? (никотин)

9. «Слова-перевертыши» (составить слова на тему спорт)

Созпарл, лашдапок, офлгуб, иаквртенро, артфузиултък, оксорвкси, трвнеиарън, раги, етнинс,

Рнклгеи, атекс, цлокьо, аплинвеа, ерцнеминоя

10. «Эрудиты»

Каждая команда должна постараться ответить на большее количество вопросов за одинаковое время.

1. Что у игрока на спине (номер)
2. Чем играют в хоккее (шайбой, мячом)
3. Что у хоккеиста на голове (шлем)
4. Предмет, показывающий стороны горизонта (компас)
5. Открытый комплекс площадок (стадион)
6. С чего прыгает лыжник (трамплин)
7. Что в руках у бейсболиста (бита)
8. В каком виде спорта играют фигуры (шахматы)
9. Закрытая спортивная площадка (спортзал)
10. Что метает легкоатлет (копье, диск, молот)
11. Как называется нарушение в баскетболе (фол)
12. Сколько шахматных фигур на доске (32)
13. Плавание на доске под парусом (виндсерфинг)
14. Сколько шашек на поле в начале игры (24)
15. Как называется пешка, прошедшая сторону соперника (проходная)
16. Самолет без мотора, сам не взлетает (планер)
17. Вид спорта, объединяющий плавание, велоспорт, бег (триатлон)
18. Нехватка времени в шахматах (цейтнот)
19. Самая длинная дистанция в беге (марафон, 42 км, 195 м)
20. Игра с мячом, сидя на коне (конное поло)

1. Обязательный атрибут судьи в поле (свисток)
2. Чем гребут гребцы (веслом)
3. Где проходят соревнования по плаванию (бассейн)
4. В какой игре мяч бьют ногами (футбол)
5. Линия, делящая поле пополам (центральная)
6. Олимпийский девиз (быстрее, выше, сильнее)
7. Чем награждают победителя (грамота, медаль, кубок)
8. Человек, занимающийся спортом (спортсмен)
9. Линия, ограничивающая площадку в ширину (боковая)
10. Количество олимпийских колец (5)
11. Что преодолевает легкоатлет во время бега (дистанцию, барьер)
12. Судья в ринге (рефери)
13. Ошибка при прыжке в длину (заступ)
14. Плавание на доске по волнам (серфинг)
15. Быстрый спуск на лыжах между флажками (слалом)
16. Что преодолевает прыгун в высоту (планку)
17. Игра с мячом на воде (водное поло)
18. Родина футбола (Англия)
19. Спортсмен, бегающий на средние и длинные дистанции (стайер)
20. Соревнование на яхтах (регата)

Ведущий 1: Вот и подошла к концу наша игра.

Ведущий 2: Давайте посмотрим, чья команда победила.

Объявляют победителей.

Ведущий 1: Подходит к концу наша встреча, ребята,

А что о здоровье заботиться надо,
Мы вам показали, покажет и жизнь!

Ведущий 2: Улыбка красивая, стройность фигуры,

Успешность учебы зависит от нас.

К нам хвори, печали дорогу забудут,
Ведь наше здоровье в ваших руках!

ВМЕСТЕ: До свиданья! До новых встреч!

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ДЕТСТВО, СПОРТ, УСПЕХ»

Цели:

- Создание атмосферы веселья, доброжелательности, дружеского состязания и удовольствия;
- Формирование мотивации к двигательной активности и способности к самоорганизации в деятельности.

Задачи:

- Совершенствовать двигательные навыки и умения детей;
- Повышать интерес к спортивным праздникам;
- В соревновательной форме развивать физические качества: ловкость, быстроту, силу, умение ориентироваться в пространстве;
- Воспитывать взаимовыручку, организованность, смелость, умение действовать в коллективе.

Оборудование: стойки, колпачки-ориентиры, мяч, обручи, мячи маленькие, конусы, музыкальное сопровождение.

Ведущий 1: Добрый день! Предлагаем вам повеселиться вместе с нами. Будем играть, бегать, прыгать, танцевать. Любая встреча, любое общение, дружба начинаются со знакомства. Ну-ка за руки беритесь в круг широкий становитесь. Так давайте познакомимся! Давайте представимся, по команде каждый прокричит свое имя. Готовы? 1, 2, 3 – своё имя назови (дети выкрикивают своё имя).

Вот мы и узнали друг друга ближе!

Ведущий 2: Я знаю один секрет дружбы. Хотите узнать? «Улыбка объединяет!».

Так давайте друг к другу повернёмся и друг другу улыбнёмся. Молодцы! Здорово это у вас получилось.

Ведущий 1: Спорт – залог хорошего настроения и отличного здоровья. Сегодня на нашем спортивном празднике мы рады приветствовать дружные, спортивные команды. Давайте познакомимся с командами.

Приветствие команд (название, девиз)

Первая команда «Улыбка»

Наш девиз: Жизнь без улыбки ошибка,

Да здравствует смех и улыбка!

Вторая команда «Дружба»

Наш девиз: Дружба и успех,

Мы победим сегодня всех.

1. «Передай мяч»

Капитан команды по сигналу ведущего бежит с мячом оббегает конус и передает мяч следующему игроку. Побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием.

2. «Болото. По кочкам»

Ведущий 1: По моему сигналу игроки должны пройти болото, прыжки на двух ногах из обруча в обруч. Выигрывает та команда, которая первая придёт на финиш.

3. «Спортивные загадки»

Загадки не простые, спортивные:

Воздух режет ловко-ловко,

Палка справа, слева палка,

Ну а между них верёвка.

Это длинная... (скакалка)

Соревнуемся в сноровке,

Мяч кидаем, скачем ловко,

Кувыркаемся при этом.

Так проходят... (эстафеты)

Мы физически активны,

С ним мы станем быстры, сильны.

Закаляет нам натуру,

Укрепит мускулатуру.

Не нужны конфеты, торт,

Нужен нам один лишь... (спорт)

Борьбу за выигрыш, признание

Зовем мы все... (соревнованием)

Выиграть в соревнованиях –

Это наше кредо.

Мы не требуем признания,

Нам нужна... (победа)

На занятиях с ним можно играть,

Катать его и вращать.

Он будто бы буква «О»:

Круг, а внутри – ничего. (обруч)

Мяч в кольце! Команде гол!

Мы играем в... (баскетбол)

По полю команды гоняют мяч,

Вратарь на воротах попался ловкач.

Никак не дает он забить мячом гол.

На поле играют мальчишки в... (футбол)

Он бывает баскетбольный,

Волейбольный и футбольный.

С ним играют во дворе,

Интересно с ним в игре.

Скачет, скачет, скачет, скачет!

Ну конечно, это... (мячик)

4. «Самый меткий»

Капитаны команд стоят на расстоянии от своих команд, лицом к ним, в руках у каждого обруч. Игроки по очереди пытаются попасть в обруч мячом.

5. «Переправа в обручах»

Ведущий 1: Капитан и первый участник влезают в обруч и движутся до ориентира, первый участник остаётся, а капитан с обручем возвращается за вторым участником. И так до тех пор, пока капитан не переведёт всю команду.

Ведущий 2: Крепкого здоровья, почаще улыбаться и никогда не унывать!

Спорт, ребята, очень нужен,

Мы со спортом очень дружим.

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

Физкульт-ура!

Ребята, вы сегодня проявили не только ум, но и сноровку. Вы молодцы! Давайте наградим победителей сладкими призами.

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «ВЕСЕННИЕ СТАРТЫ»

Цели и задачи:

1. Формирование здорового образа жизни;
2. Повышение социальной активности и укрепления здоровья учащихся;
3. Приобщение их к занятиям физической культурой и спортом;
4. Реализация умений и навыков, полученных на уроках и в соревнованиях;
5. Повышение эмоционального настроения.

Место проведения: спортивный зал.

Инвентарь: стулья – 4 шт., воздушные шары – 20 шт., мешки – 4 шт., тарелки с водой – 4 шт., ласты – две пары, очки для плавания – 4 шт., гимнастические обручи – 16 шт., мячи волейбольные – 4 шт., набор карточек с буквами, галстуки (косынки) – 4 шт., рюкзаки – 4 шт., учебники – 12 шт., бантики для косичек – 4 шт., карточки со скороговорками – 7 шт., карточки для расшифровки слова – 4 шт., листы с анаграммами – 4 шт., утюг – 1 шт., скалка – 1 шт., пластиковая бутылка – 1 шт., подушка – 1 шт., карточки с полезными продуктами – 4 шт., кольцобросы – 4 шт., мячи для большого тенниса – 12 шт., вёдра – 4 шт., дартс – 4 шт., городки – 4 шт., ватман – 4 шт., фломастеры – 4 шт., карандаши – 4 шт., свисток – 1 шт., конусы – 4 шт.

Спортивный зал празднично украшен. Болельщики занимают свои места. На месте старта для каждой команды стоят стулья «паровозиком» (по числу участников). К каждому стулу привязан воздушный шарик. Команды готовятся к параду участников соревнований. Звучит музыка.

Ведущий 1:

Внимание! Внимание!

Зрители, берегите нервы!

У нас сегодня в зале -

Наши надежды и резервы!

Прячьтесь слабые и лежебоки.

Перед вами противники поющих в караоке!

Перед вами поклонники мешков и плавательных масок!

Представят себя без излишних красок!

Ведущий 2:

Итак, дорогие гости, рассаживайтесь поудобней, так как скоро появятся наши участники соревнований – наши главные действующие лица, которые просто рвутся в бой. Встречайте: (под спортивный марш в зал заходят команды)

У нас сегодня – праздник спорта, и для праздника у нас есть всё - хорошее настроение и уважаемое жюри, в составе: (называет состав жюри)

Мы надеемся, что в наших соревнованиях принимают участие те, кто дружит со спортом, с физкультурой, с юмором и умеет смеяться.

Для любых соревнований существуют правила, у наших тоже есть. Строгое жюри их с вами сейчас познакомит.

Главный судья: (зачитывает правила соревнований):

1. Играем не ради корысти, а ради удовольствия – своего и других.
2. Играем честно. Обидно, когда проигрываешь, но всё равно не мухлюй и не злись.
3. Будь стойким: не унывай при неудаче и не злорадствуй.
4. Если выиграл – радуйся, но не зазнавайся!
5. Не упрекай партнёра за промахи, старайся поправить беду своими успехами.
6. Сохраняй спокойствие независимо от исхода игры.

Ведущий 1:

Теперь ждём ответного слова от участников соревнований. Торжественную клятву зачитывают капитаны команд.

Торжественная клятва

От имени всех участников соревнований торжественно клянёмся:

участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят, и уважая соперника;

клянёмся бежать только в указанном судьёй направлении – шаг влево, шаг вправо считается попыткой к бегству;

клянёмся передвигаться только на тех конечностях, на которых разрешают правила;

клянёмся соблюдать олимпийский девиз: «Быстрее, выше, сильнее», что значит: быстрее ветра не бежать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника судью не бранить;

клянёмся подножки сопернику не подставлять, упавших не добивать;

клянёмся громче соперников не кричать, кроссовками в них не кидать;

клянёмся соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта, во имя чести своей команды;

клянёмся не поддаться из-за первого приза, но победить любой ценой!

КЛЯНЁМСЯ! КЛЯНЁМСЯ! КЛЯНЁМСЯ!

Ведущий 2:

Итак, объявляю соревнования открытыми! И в честь открытия соревнований первый конкурс: **«Фейерверк»**

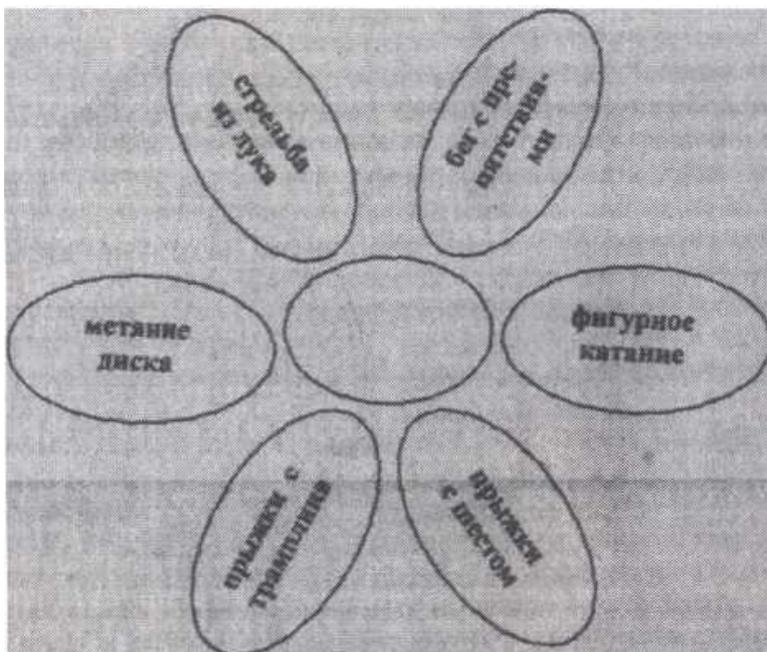
Напротив каждой команды подвешены воздушные шары (по количеству участников в каждой команде). Участник с карандашом в руке подбегает к шарам, лопаёт один шар и возвращается к своей команде, передав карандаш следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее лопнет все свои шары.

Ведущий 1:

Отлично справляются наши участники с заданием. Громким фейерверком они озвучили начало великой битвы! А теперь переходим к основным заданиям.

2. «Интеллектуальная разминка»

Ведущий: предлагаю командам выбрать 2 лепестка от цветика-семи цветика. На этих лепестках – задания для разминки. На листке написано название вида спорта. Одна команда показывает пантомиму, другие разгадывают, что за вид спорта был показан. За пантомиму команда получает 1 балл.



3. «Эстафета с мячиком»

Команда строится в колонну по одному человеку в затылок друг другу; нужно разомкнуться по залу. При перемещении в одну сторону передаёте мяч над головой; а при передвижении в обратном направлении к точке старта игроки передают мяч между ног. Жюри следит за скоростью выполнения упражнения. Побеждает команда, сделавшая упражнение быстрее.

4. «Весёлые эстафеты»

Ведущий 1:

Каждому члену команды особое задание:

Первому – бег задом наперёд,

Второму – бег гигантскими шагами,

Третьему – бег с тарелкой воды,

Четвёртому – бег боком,

Пятому – бег с мячом (кенгуру).

Жюри оценивает скорость и качество выполнения задания. Максимальная оценка – 5 баллов.

Ведущий 2:

Одолели наши участники мозговую атаку, подустали, можно охладиться в открытом водоёме:

Ласту, маску я возьму

И в водицу я нырну.

Проплыву разок, другой,

Окунусь и с головой!

Следующий конкурс так и называется «**Плавание**» (5)

Команды строятся для встречной эстафеты. У направляющего каждой команды на одну ногу надета ласта, на глаза – очки для плавания. Надо преодолеть дистанцию и передать атрибуты для плавания следующему участнику. Победа присуждается команде, которая быстрее справится с заданием.

6. «Эстафета»

(участники по одному на время проходят эстафету, члены жюри засекают время и фиксируют ошибки) Эстафета:

1. Участнику как можно быстрее нужно надеть галстук.

2. В рюкзак положить учебники.

3. Заплести косичку «сестрёнке» и завязать бантик.

4. Произнести громко скороговорку (карточки).

5. Расшифровать слово (карточки).

Эстафета пройдена!

Ведущий 1:

Наши команды отдохнули и готовы состязаться дальше! И следующий наш конкурс...

«Прыжки в мешках» (7)

Команда должна по очереди преодолеть дистанцию, прыгая в мешках. Побеждает команда, которая быстрее справится с заданием.

8. «Анаграммы»

(участникам конкурса предлагается из уже имеющихся слов или перевернутых слов составить другие слова, переставляя буквы).

Укор — урок.

Кобура — уборка.

Удар — руда.

Терка — актер.

Банка — кабан.

Слово — волос.

Подвода — водопад.

Машинка — манишка.

Магуба — бумага.

Ченибук — учебник.

Арьволс — словарь.

Тредать — тетрадь.

Внедкин — дневник.

Тарек — катер.

Вакерев — веревка.

Кубал — булка.

Ведущий 1:

Все обходят это место,

Здесь земле как будто тесно.

Здесь осока, кочки, мхи...

Нет опоры для ноги. **«Болото»** (9)

Команды выстраиваются во встречные колонны. На дистанции лежат маленькие гимнастические обручи (по количеству участников с одной стороны). У направляющего в руках тоже обруч. По команде ведущего участники с одной стороны должны занять по одной «кочке», а свободным обручем прокладывать путь вперед, передвигаясь по «кочкам». Участникам нельзя выходить за пределы обруча. Участники с другой стороны начинают выполнять тоже задание только после того, как будет переправлен последний встречный участник. Последний участник должен будет собирать все пустые обручи. Когда последний участник с обручами пересечёт линию финиша, задание будет считаться выполненным.

10. «Вопрос-ответ»

Ведущий: посмотрим на вашу эрудированность; мы задаём вам вопросы – вы на них отвечаете; жюри присваивает балл той команде, которая даст правильный ответ.

1. Что можно приготовить, но нельзя съесть? (уроки)
2. Какой малыш рождается с усами? (котёнок)
3. Что имеет голову, но не имеет мозгов? (сыр, лук, чеснок, спичка)
4. Какой рукой лучше размешивать чай? (никакой – это лучше делать ложкой)
5. Как разделить 5 картофелин точно на двоих? (размять их в пюре)
6. Когда мышь и слон могут весить одинаково? (когда весы сломаны)
7. Назовите насекомых-индикаторов отсутствия у человека навыков гигиены, (вши)
8. Сколько часов в сутки должен спать человек? (8)
9. Какими видами спорта следует заниматься для формирования осанки (плавание, гимнастика, лёгкая атлетика)
10. Этого доктора придумал К.И. Чуковский (Доктор Айболит)
11. Этот сказочный персонаж стал эмблемой порошка «Миф-универсал» (Мойдодыр)
12. 1 декабря «Всемирный день борьбы...» (Со СПИДом).

11. «Бодибилдинг»

Ведущий: очень популярное в последнее время слово «бодибилдинг» означает «телостроительство». Иными словами, бодибилдинг – это система упражнений по развитию мышц с использованием специальных приспособлений.

К этим приспособлениям относятся гантели, штанги и целый арсенал всевозможных тренажёров. Увы, многие не могут заниматься бодибилдингом как раз из-за отсутствия

тренажёров. В этом случае можно порекомендовать заменить тренажёры какими-нибудь подручными материалами. Только надо знать, как тот или иной предмет может быть использован для развития мышц.

Подумайте и покажите, как может быть использован в бодибилдинге...

(команды тянут карточку с написанным на ней предметом, 1 минуту совещаются и показывают комплекс упражнений с этим предметом)

- утюг
- скалка
- пластиковая бутылка
- подушка

12. «Здоровая пища»

Получив карточку с полезным продуктом, участники должны придумать блюдо из этого продукта с добавлением других столь же полезных продуктов и убедить нас, что это блюдо полезно для здоровья. Т.е. прорекламирровать.

Карточки: овсянка, брокколи, свёкла, творог.

13. «В яблочко!»

В эстафете 4 этапа:

1. «Кольцеброс»
2. «Мячи и ведро»
3. «Дартс»
4. «Городки»

По очереди все игроки команды проходят все этапы. Побеждает команда, набравшая наибольшее количество очков за попадание в цель и дополнительные очки за скорость.

14. «Чудодейственное лекарство»

Ведущий 1:

В мире существуют тысячи лекарств практически от всех болезней. Но всё же есть ещё ряд болезней, которые обычными таблетками и микстурами не излечить.

Представьте себя фармацевтами и придумайте такое лекарство, которое можно было бы прописать врунам, лентяям, плаксам, драчунам (карточки).

Презентация своего средства.

Ведущий 2:

Всё прекрасно получается у наших участников! И в спортивных достижениях, и в эрудиции. А теперь посмотрим, как хорошо они умеют рисовать. Следующий конкурс называется «Эмблема» (15)

На стене напротив каждой команды висит ватман. В руках у направляющих фломастер. Команда должна «разделить» слона на 5 частей. Каждый участник рисует только одну часть слона, возвращается к команде и передает фломастер следующему участнику.

1. туловище, хвост,
2. голова, хобот,
3. уши, глаза, рот, бивни,
4. передние ноги,
5. задние ноги.

Побеждает команда, которая быстрее нарисует слона.

Ведущий 1:

Вот это я понимаю – эмблема! Лучше всяких художников справились наши команды с заданием.

Ведущий 2:

Пока жюри готовится к окончательному подведению итогов и объявлению победителей, давайте отгадаем загадки:

1. Деревенский гарнитур для семерых несовершеннолетних (лавочка).
2. Главное оружие Соловья-Разбойника (свист).
3. Тара для чудес (решето).
4. Минимум отмеров на один размер (семь).
5. Богатырское число (три).
6. Головной убор для дурака (колпак).
7. Разбойничья цифра (сорок).
8. Змей по бабушке (Горыныч).

Ведущий 1:

Слово для окончательного подведения итогов и награждения предоставляется главному судье.

Подводятся итоги. Объявляется победитель. Награждение команд.

Ведущий 2:

Наши соревнования подошли к концу, и теперь мы знаем, что будущее наших сёл в надёжных и крепких руках! Всем спасибо за участие!