Государственное учреждение образования «Средняя школа №2

имени А.И.Дубоарского г.п.Шумилино»

**Спортивно-развлекательная программа**

**«Путешествие по стране Спортландия»**

1-4 классы

Учитель начальных классов

Качан Ирина Леонидовна

Шумилино

2020

**Цель:** пропаганда здорового образа жизни

З**адачи:** способствовать формированию знаний о здоровом образе жизни, обучению правилам поведения в процессе коллективных действий;

содействовать развитию личности на основе овладения физической культурой;

развивать силу, ловкость, находчивость, быстроту и точность движений, правильную осанку, внимание;

воспитывать чувство коллективизма, взаимовыручки, ответственности, желание укреплять своё здоровье.

**Место проведения:** спортзал.

**Оборудование:** кубики, комплекты листочков с перемешанными половинками пословиц и поговорок, волейбольные мячи, счётные палочки, верёвки, листы картона, шашки, кегли, эмблемы команд, грамоты.

**Участники**: сборные команды 1-4 классов  по 8 человек.

**Форма проведения:**интеллектуально-соревновательная.

**Ход мероприятия**

**1.** **Вход участников в спортзал под музыку. (**Слайд №1)

**2.** **Построение и приветствие команд.**

**3. Вступительное слово.**

**Учитель.**

– Скажите, когда отмечается Всемирный день здоровья? (7 апреля)

– Почему во всём мире здоровью уделяется такое большое внимание? (Здоровье – самый драгоценный дар, данный человеку. И т.д.)

– Может кто-то назовёт пословицы и поговорки о значении здоровья? (Здоровье всего дороже. Здоровому врач не нужен. В здоровом теле здоровый дух. Кто любит спорт, тот здоров и бодр. Где здоровье – там и красота.)

– Каждый человек с детства должен заботиться о своём здоровье. Надо не только хорошо знать, но и выполнять правила здорового образа жизни. Одно из них: «Дружи со спортом». (Слайд №2,3)

**1-ый ведущий.** Мы начинаем наше соревнование. И неважно, кто станет победителем. Главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника. Я призываю команды к честной спортивной борьбе и желаю успеха. Предлагаю участникам соревнования дать клятву.

**2-ой ведущий.** Произносим все вместе слово «клянёмся».

Торжественно клянёмся участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят.

Клянёмся!

Уважать соперников! Проигрывая, не обижаться и не сердиться!

Клянёмся!

Клянёмся не перечить судьям!

Клянёмся!

Клянёмся соблюдать олимпийский девиз: «Быстрее, выше, сильнее».

Клянёмся!

Клянёмся соревноваться в истинно спортивном духе!

Клянёмся!

**4. Представление команд (домашнее задание).**

**5. Представление жюри.**

**Учитель:**

– А так как у нас соревнования, значит должно быть и жюри, строгое и справедливое. Оценивать наши успехи будет жюри в составе:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**1-ый ведущий.**

Пусть жюри весь ход сражения

Очень строго проследит.

Кто окажется дружнее,

Тот в игре и победит.

**6. Проведение конкурсов.**

**1-ый конкурс «Разминка».**

Перед любым соревнованием нужно как следует размять мышцы, подготовить свое тело к физическим нагрузкам. Сейчас команды, и все желающие, приглашаются  на разминку. (Слайд №4)

Команды выполняют комплекс  из 5-6 упражнений по показу ребёнка.

**2- ой конкурс « Пирамидка».**  
 Командам нужно построить пирамидку (показ образца). На стартовой полосе лежат кубики (по количеству участников). Первый участник берёт кубик, добегает до финишной прямой, ставит кубик, возвращается и становится в конце команды. Второй участник ставит свой кубик на первый и т.д. Оценивается быстрота и правильность построения пирамидки. (Слайд №5)

**3-ий конкурс** **«Собери пословицы и поговорки о здоровом образе жизни».**

Участникам дают  комплекты листочков с перемешанными половинками пословиц и поговорок. Чтобы собрать пословицы и поговорки  командам даётся 2 минуты. (Болен — лечись, а здоров — берегись. В здоровом теле здоровый дух. Где здоровье, там и красота. Здоров будешь — всё добудешь. Здоровье — всему голова, всего дороже. Закаляй свое тело с пользой для дела.) (Слайд №6).

**4-ый конкурс «Сороконожка».**

Конкурс заключатся в том, чтобы выяснить, чей хвост и ноги придут первыми.

Для того чтобы превратиться в сороконожку, всей команде нужно присесть на корточки, взять за плечи впереди сидящего. Не отрываясь, не вставая, вместе пройти дистанцию. (Слайд №7)

**5-ый конкурс «Передай мяч».**

Капитаны получают по волейбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и становится в конец команды. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание. (Слайд №8)

**Игра с болельщиками «Знаете ли вы?»** (Слайд №9)

1. Игра с шайбой — это … (хоккей).

2. Цель этой игры — забить мяч в ворота противника (футбол).

3. Горнолыжное многоборье, в состав которого входят лыжный балет, могул (мóгул — дисциплина лыжного фристайла, состоит в спуске на горных лыжах по бугристому склону (по буграм, или могулам) и выполнении прыжков на трамплинах) и воздушная акробатика (фристайл).

4. Вид спорта, связанный с выполнением в воде различных фигур под музыку (синхронное плавание).

5. Вид горнолыжного спорта, заключающийся в спуске с гор на специальной доске (сноубординг).                                                                                                6. Спортсмен, который ходит сидя (шахматист).

7. Как называют бегуна на короткие дистанции? (Спринтер)

8. Как называется бег на выносливость? (Кросс)

9. В каком виде спорта самый высокий старт? (В парашют­ном)

10. Зимний вид спорта. Как называют скоростной спуск на управляемых санях? (**Бобслей**)

11. Какой вид спорта называют «Королева спорта» (лёгкая атлетика).

12. Как называется борьба на руках? (Армрестлинг)

**6-ой конкурс «Конкурс со счётными палочками».**  
 Игрокам надо рассчитаться по порядку и запомнить свой порядковый номер. Добежать до финишной прямой и взять такое количество палочек, которое соответствует вашему порядковому номеру, вернуться назад. Побеждает команда, игроки которой быстрее выполнят задание. (Слайд №10)

**7-ой конкурс «Поход в цирк».**

Ребята в роли канатоходцев проходят дистанцию по верёвочке на полу, расставив руки в стороны. Оценивается быстрота и правильность выполнения. (Слайд №11)

**8-ой конкурс «Болото».**

По сигналу игрок должен начать проходить «болото», не замочив ног. У него для этого есть 2 листа картона. Перекладывая листы всё вперёд и вперёд, проходит болото. Выигрывает та команда, которая затратила на переход меньше времени. (Слайд №12)

**9-ый конкурс «Шашечный турнир».**

Каждой команде выдаётся комплект шашек. На противоположной стороне, напротив каждой команды лежит шахматная доска. По команде участники по очереди относят по одной шашке и расставляют в правильном порядке на доске. Побеждает команда, первая подготовившая доску к игре. (Слайд №13)

**7. Построение.**

**8. Подведение итогов. Награждение команд.** (Слайд №14)

**Учитель:**

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

**1-ый ведущий:**

Всем спасибо за вниманье,

За задор и звонкий смех,

За азарт соревнованья,

Обеспечивший успех.

**2-ой ведущий:**

Вот настал момент прощанья

Будет краткой наша речь.

Говорим мы: «До свиданья!

До счастливых новых встреч!»

**9. Под музыку команды уходят из спортивного зала**. (Слайд №15)

**Сводный протокол спортивно-развлекательной программы**

**«Путешествие по стране Спортландия»**

**Место проведения:** спортивный зал

**Время проведения:** \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_\_\_г. в \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ ч.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Названия конкурсов | Названия команд | | |
|  |  |  |
| 1 | «Разминка» |  |  |  |
| 2 | «Пирамидка» |  |  |  |
| 3 | «Собери пословицы и поговорки о спорте и о  здоровом образе жизни» |  |  |  |
| 4 | «Сороконожка» |  |  |  |
| 5 | «Передай мяч» |  |  |  |
| 6 | **«Конкурс со счётными палочками»** |  |  |  |
| 7 | «Поход в цирк» |  |  |  |
| 8 | «Болото» |  |  |  |
| 9 | «Шашечный турнир» |  |  |  |
| Итого |  |  |  |  |
| Место |  |  |  |  |