

## Сценарий спортландии «В здоровом теле - здоровый дух!»

### Цели:

- формирование у детей навыков здорового образа жизни;
- развитие ловкости, внимательности, двигательных навыков;
- воспитывать дружеские отношения между детьми, умение взаимодействовать в команде.

**Оборудование:** плакаты, шары, две бутылки, наполненные водой, два мяча, кегли, кубики, обручи, эмблемы команд.

### Ход мероприятия

#### I. Организационный момент

*Построение. Сообщение целей и задач мероприятия*

- Сегодня спортивный час мы проведём в форме весёлых эстафет под девизом «В здоровом теле - здоровый дух».

#### **1-й ребенок.**

По плечу победа смелым.

Ждёт того большой успех,

Кто, не дрогну в, если нужно,

Вступит в бой один за всех.

#### **2-й ребенок.**

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Пусть, друзья, и победит!

#### II. Представление команд, приветствие

**1-й капитан.** Команда «Стрела», наш девиз: «Стрелы» Стремительный полёт нас к победе приведёт!

**2 – й капитан.** Команда «Ракета», наш девиз: В соревнованиях лучше нету быстрой и дружной команды «Ракета»!

#### 3. Основная часть

*Построение команд. Краткая беседа о мерах безопасности во время проведения спортивных эстафет*

**Эстафета «С кочки на кочку».** Первый участник добегают до трёх обручей. Он должен пробежать, вступая одной ногой в каждый обруч. Добегает до поворотной стойки, обегает её, затем возвращается таким же образом назад. Движение продолжает второй участник и т.д.

**Эстафета «Лошадки».** Один игрок в обруче, другой вне обруча сзади. По сигналу игроки бегут до стойки, разворачиваются на исходную позицию и передают обруч следующей паре игроков.

**Эстафета «Кенгуру».** Прыжки с зажатым между ног мячом до поворотной стойки. Обрато - бег с мячом в руках.

**Конкурс болельщиков.** Пока жюри подводит итоги трёх конкурсов, проведём конкурс болельщиков.

**Игра «Доскажи словечко»** о видах спорта и спортивных принадлежностях.

**1.** Просыпаясь утром рано  
Вместе с солнышком румяным,  
Заправляю сам кровать,  
Быстро делаю ... (зарядку)

**2.** Не обижен, а надут.  
Его по полю ведут.  
А ударят - нипочём!  
Не угнаться за ... (мячом).

**3.** На ледяной площадке крик,  
К воротам рвётся ученик –  
Кричат все: «Шайба! Ключка! Бей!»  
Весёлая игра... (хоккей).

**4.** Два берёзовых коня  
По снегу несут меня.  
Кони эти рыжи  
И зовут их - ... (лыжи).

**5.** Кто на льду меня догонит?  
Мы бежим вперегонки.  
А несут меня не кони,  
А блестящие ... (коньки),

**6.** Взял дубовых два бруска,  
Два железных полозка,  
На бруски набил я планки,  
Дайте снег! Готовы ... (санки).

**7.** Ясным утром вдоль дороги  
На траве блестит роса.  
По дороге едут ноги,  
И бегут два колеса.  
У загадки есть ответ:  
Это мой ... (велосипед)

**8.** Я атлетом стать хочу,  
Прихожу я к силачу:  
Расскажите вот о чём,  
Как вы стали силачом.  
Улыбнулся он в ответ:  
Очень просто. Много лет  
Ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я ... (гантели)

**Эстафета «Гантели».** Участники команд выстраиваются в две колонны и над головами передают «гантель» пластмассовую бутылку с водой от первого участника (капитана) последнему. Последний участник, получив «гантель», бежит и становится во главе колонны. Эстафета продолжается до тех пор, пока капитан команды снова не окажется во главе колонны.

**Эстафета «Закаливание».** По сигналу воспитателя участники бегут к ведру, опрокидывают его на себя, изображая обливание, затем возвращаются к команде.

**Эстафета «Посадка (сбор) картошки».** У каждой команды ведёрко с «картошкой» - кубиками. По сигналу ведущего первые игроки берут ведёрки, бегут к обручам, «сажают» картошку, доставая по одному кубику. Обязательное условие - не бросать. Закончив посадку, возвращаются к команде, передают ведёрки следующим игрокам. Выигрывает команда, первой закончившая «посадку».