

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО МЕРОПРИЯТИЯ «СИЛЬНЕЕ ВСЕХ»

Инструктор по физической культуре

Цель: Привлечение семей к занятиям физической культурой и спортом. Укрепление семейных отношений.

Задачи:

1. Способствовать развитию положительных эмоций, физических и волевых качеств посредством спортивных игр, соревнований и эстафет.
2. Способствовать развитию творческой двигательной деятельности и умения осознанно управлять телом и движениями.
3. Закреплять умение взаимодействовать в коллективе
4. Формировать толерантные качества.

Инвентарь и оборудование: 6 воздушных шара, гимнастическая скамейка, 2 повязки для глаз, 4 завязки для ног, 2 ведра, 2 швабры, картонные градусники по количеству участников, 2 эмблемы с красным крестом, 2 веника, 2 совка, 10 мелких предметов.

Ход праздника

Ведущий: Сегодня у нас спортивный праздник.

Пригласить хочу ребят.

Показать всем силу, ловкость,

Т.е. хороший результат!

Мы любим песни, пляски,

Хоккей, футбол... и сказки.

Мы сил не пожалеем –

Покажем что умеем!

С Древней Греции, с Эллады

Взял пример и новый век

Возродил олимпиады современный человек.

Звучит музыка, команды входят в зал.

Ведущий: Но олимпиада наша будет не простая, ведь не зря она называется «малая». Наша олимпиада будет сказочной, т.е. принимать участие в ней будут сказочные герои. Сказочными героями будут наши участники.

А нашему уважаемому жюри мы желаем:

Наблюдать внимательно,

Считать обязательно,

Правильно судить

И справедливыми быть!

Представление членов жюри.

Ведущий: Вот теперь пора представить наши команды.

Приветствие команд.

Команда «Крепыши»: Сила, ловкость и сноровка –

Все дается тренировкой,

Дарит нам здоровье спорт.

Он закалку всем дает!

Команда «Силачи»: Быть здоровым, сильным, ловким

Нам поможет тренировка,

Бег, разминка, физзарядка

И спортивная площадка!

Появляется Скука.

Скука: Я – противная Скука и бездельница Лень.

Лежу и скучаю в тени целый день.

Могу сутки зевать и неделями спать.

Ни к чему мне игра – не хочу я играть.

Ведущий: Как же так? А награды? Победы?

Скука: Не-е-ет! Я завтраки люблю, обеды.

А соревнования мне ни к чему.

Есть тут мои друзья – лежебоки?

Ведущий: Нет у нас для тебя друзей! Наши ребята хотят быть здоровыми, смелыми, сильными, ловкими, поэтому всегда занимаются спортом. Так что убирайся поскорей!

Скука: Что ты, что ты, погоди, пропусти меня на праздник!

Ведущий: А давай спросим у ребят, захотят ли они тебя оставить? *(Дети выкрикивают отрицательные возгласы, ведущий предлагает разрешить Скуке поучаствовать в соревнованиях)*

Ведущий: Так-то лучше и мы можем продолжать. Ну а теперь о правилах:

- играем не ради корысти, а ради удовольствия своего и других;
- играем честно;
- обидно, когда проигрываешь, но все равно, не хитри, не злись;
- будь стойким;
- не унывай при неудачах, и не злорадствуй, когда проигрывает соперник;
- если выиграл – радуйся, но не зазнавайся;
- не упрекай партнера за промахи, но постарайся поправить беду своими успехами;
- сохраняй спокойствие независимо от исхода соревнований.

А теперь начинаем!!!

1. КОНЁК – ГОРБУНОК

Инвентарь: 2 воздушных шара, гимнастическая скамейка

Каждому участнику предстоит изобразить Конька – Горбунка. Участник сгибается в поясе, берет шарик и кладет его себе на спину. Чтобы мяч не упал во время движения, его необходимо придерживать руками, оставаясь при этом в полусогнутом состоянии. Но это не все. Как известно, Конек мог прыгать так высоко, что преодолевал любые препятствия (гимнастические лавки). Победят те коньки, которые окажутся более ловкими и стремительными.

2. ЯДРО БАРОНА МЮНХГАУЗЕНА

Инвентарь: 2 воздушных шара

Помните, барон Мюнхгаузен передвигался однажды, оседлав пушечное ядро. Вам сейчас предстоит освоить этот вид транспорта. Участники должны оседлать ядро, зажав шарик между коленками. По команде они должны преодолеть прыжками путь до поворотного знака, взять шарик в руки и вернуться бегом назад. Не забывайте, что при неосторожном обращении ядра имеют свойства взрываться. Если шарик лопнет, команда выбывает из борьбы.

2. ЛИСА АЛИСА И КОТ БАЗИЛИО

Инвентарь: 2 повязки для глаз

Что отличает персонажей сказки «Приключения Буратино»?

Они притворялись. Лиса притворялась, что она хромая, а Кот, что слепой. Вам предстоит изобразить этих мошенников. Команды делятся на пары.

один в каждой паре – лиса Алиса, другой – кот Базилио. Лиса сгибает ногу в колене и придерживает ее рукой, оставаясь, таким образом, на одной ноге. Коту завязываем глаза. Лиса кладет руку на плечи Коту, помогая найти ему дорогу, а Кот поддерживает хромую Лису. По сигналу «парочка» преодолевает дистанцию, возвращается и передает эстафету следующим участникам.

3. ЗМЕЙ ГОРЫНЫЧ

Инвентарь: завязки для ног

Кому не знакомо это сказочное существо, у которого 3 головы, 4 лапы и 2 крыла! Давайте тоже сделаем Змея Горыныча. Это не сложно. Трое участников встают рядом, кладут руки на пояс или на плечи друг другу. Ноги участника, стоящего посередине, свяжем с ногами партнеров, стоящих по бокам. По сигналу Змей Горыныч начинает движение, причем участники, стоящие по бокам, должны выполнять движения руками, напоминающие взмахи крыльев. Добежав (доскакав, долетев) до поворотного знака, тройка возвращается и передает эстафету следующему Змею. (Ноги лучше связать всем участникам до начала соревнования)

4. НЕЗНАЙКА НА ВОЗДУШНОМ ШАРЕ

Инвентарь: 2 воздушных шара, 2 ведра, в каждом ведре мелкие предметы

Вы помните, как Незнайка со своими друзьями летал на воздушном шаре?

А как устроен воздушный шар вы, наверное, тоже знаете. По мере охлаждения воздуха шар начинает опускаться, и чтобы не упасть, надо выбрасывать балласт. Нашей корзиной будет ведро. В нем лежит балласт. На роль шара подойдет воздушный шарик. Первый участник берет в одну руку ведро, а в другую воздушный шарик (держит его над головой), добегают до поворотного знака, где лежит обруч, ставит ведро, выкладывает один предмет в обруч, т.е. «облегчает корзину». Вернувшись к команде, он передает ведро и шар другому участнику. Тот проделывает то же самое. Последний участник должен собрать все предметы назад в ведро и вернуться к команде. Удачных вам полетов.

5. БАБА ЯГА

Инвентарь: 2 ведра и 2 швабры

Непременными атрибутами Баба Яги были ступа и метла. Вместо ступы у вас будет пустое ведро, а в качестве метлы – швабра. Участник встает одной ногой в ведро, другая остается на полу. Одной рукой можно поддерживать ведро, а в другой руке держим швабру. В таком положении необходимо пройти всю дистанцию и передать «метлу» и «ступу» следующему. Вперед, «Бабы – Яжки!»

6. ДОКТОР АЙБОЛИТ

Инвентарь: картонные градусники и 2 эмблемы с красным крестом

Что делал в сказке доктор Айболит? Правильно, лечил. И первое, что он делал, это ставил градусники пациентам. Вот и вам придется в этой эстафете ставить друг другу градусники. Первый участник стоит на линии старта, у него в руках градусники. По сигналу он бежит до поворотного знака и останавливается там. Второй участник бежит к нему, получает свой градусник, возвращается с ним к команде. Так получают градусники все участники команды.

7. ЗОЛУШКА

Инвентарь: 2 ведра, 2 веника, 2 совка, 10 мелких предметов

В руках у первой «Золушки» веник, совок, ведро. На линии движения разбросаны 5 кубиков – «мусор». Не помогая себе руками, Золушка собирает мусор с помощью веника и совка в ведро и передает следующему игроку - «Мачехе» ведро с мусором, чтобы она опять могла его разбросать, а веник и совок отдает третьему игроку – он будет «Золушкой».

Ведущий: Сегодня наши ребята доказали что они сильные, ловкие, смелые, дружные, а главное - здоровые.

Ведущий: А теперь докажите, что вы еще и умные

Отгадывание загадок

Ведущий:

Хожу-брожу не по лесам,
А по усам, по волосам.
И зубы у меня длинней,
Чем у волков и медведей. (Расчёска)

Вроде ёжика на вид,
Но не просит пищи.
По одежде пробежит-
Она станет чище. (Щётка)

Я, молча, смотрю на всех,
И смотрят все на меня.
Весёлые видят смех,
С печальными плачу я.
Глубокое, как река,
Я дома на вашей стене.
Увидит старик старика,
Ребёнок-ребёнка во мне. (Зеркало)

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится. (Мыло)

Волосистою головкой,
В рот она влезает ловко.
И считает зубы нам,
По утрам и вечерам. (Зубная щётка)

Лёг в карман и караюлю
Реву, плаксу и грязнулю.
Им утру потоки слёз,
Не забуду и про нос.

Вот такой забавный случай!
Поселилась в ванной туча.
Дождик льётся с потолка

Мне на спину и бока.
До чего ж приятно это!
Дождик тёплый, подогретый.
На полу не видно луж,
Все ребята любят ... (душ)

Говорит дорожка-
Два вышитых конца:
-Помойся ты немножко,
Чернила смой с лица!
Иначе ты полдня
Испачкаешь меня. (Полотенце)

Не пойму ребята, кто вы?
Пчеловоды? Рыболовы?
Что за невод во дворе?
Не мешал бы ты в игре!
Ты бы лучше отошёл,
Мы играем в ... (волейбол)

Короли-то, короли-
Воевать опять пошли!
Только начали войну-
Сразу съели по слону. (Шахматы)

На льду я вычертил восьмёрку-
Поставил тренер мне пятёрку. (Фигурное катание)

В небо ласточка вспорхнёт,
Рыбкой в озеро нырнёт. (Прыжки в воду)

О нём газеты говорят:
«Толкнул он дальше всех снаряд» (Толкание ядра)

Подведение итогов и награждение участников.