**Спортландия «В здоровом теле – здоровый дух»**

**4 класс**

**Цель:**

- пропаганда здорового образа жизни;

- развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой;

- воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

**Оборудование:** 2 волейбольных мяча, 2 баскетбольных мяча, , 4 обруча, скамейки

**Ход мероприятия:**

**Ведущий:** Здравствуйте уважаемые гости и участники спортивного праздника. Сегодня в школе проводится спортивный праздник «**В здоровом теле – здоровый дух**»! Приглашаются участники соревнований!

*Звучит песня «Зарядка», под неё выходят участники соревнований.*

**Ведущий:** Приветствуем 4 класс и их болельщиков.

«**В здоровом теле – здоровый дух**» проходит под девизом « Сильные. Смелые. Ловкие».

*Представляем жюри.*

*Представление команды. Равняйсь! Смирно! Направо! К старту бегом марш!*

*Команды готовы к соревнованиям.*

Кричалочка: - Парам-парэй! - Хэй! - Парам - Хэй! Хэй!

- Парам-парэй! - Хэй! Хэй! Хэй!

- Настроенье, каково? - Во!

- Все такого мнения? - Да!

- Все без исключения? - Да!

- Молодцы!

**Ведущий:**

На спортивную площадку

Приглашаем вас сейчас

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас

Дети! Слушайте сейчас

Олимпийский мой наказ:

Соревнуйтесь в дружбе, мире,

Места нет у нас задире.

Маленьких не обижать.

Ч то же, можем начинать.

Ребята, а подскажите мне, что нужно сделать перед началом соревнований. Чтобы мы бегали быстро, прыгали высоко, а главное не получили травм. Правильно, разминку!

*А сейчас разминка.*

**Ребенок 1:** Чтобы в пути мы шагали быстро, просим музыку побыстрее, повеселее. Чтобы сильным, ловким быть, нужно с солнышком дружить, Утром раньше всех вставать и зарядку выполнять.

**Ребенок 2:**

Все мы любим физкультуру,

Любим бегать и скакать.

Умываться тоже любим,

Любим песни петь, играть.

1. Дети идут в колонне по одному, на носках (руки за голову) на пятках (руки на поясе).2. Ходьба в полуприсяде, в полном приседе.

2. Медленный бег, бег “змейкой” или приставным шагом, прыжки на обеих ногах с продвижением вперед.

**Ведущий:**

Сияет солнышко с утра,

И мы готовимся заранее.

Ребята, начинать пора

Спортивные соревнования.

**Вбегает Айболит:**

Подождите, подождите!

Ох, дети! Я еле-еле успел на ваш праздник

По полям, по лесам, по лугам я бежал

И два только слова шептал:

Детский сад, детский сад, детский сад!

И вот я здесь! У вас ангина?

**Дети:** Нет

**Айболит:** Скарлатина?

**Дети**: Нет.

**Айболит:** Холерина?

**Дети**: Нет

**Айболит:** Аппендицит?

**Дети:** Нет

**Айболит:** Малярия и бронхит?

**Дети:** Нет, нет, нет!

**Айболит:** Ох, какие вы здоровые дети! Вы только посмотрите!

*(Подходит и осматривает детей)*

**Айболит:** Все веселые, нет болезней никаких. В чем же ваш секрет!

**Ребенок:**

Я открою всем секрет –

В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом не разлучен –

Проживешь тогда сто лет!

Вот, ребята, весь секрет.

**Ведущий:** Приглашаем тебя, доктор Айболит, на наши соревнования. Посмотри какие у нас смелые, сильные и ловкие ребята.

Ведущий: Командам приготовится к приветствию! (Капитаны выходят вперед). Командам поприветствовать друг друга!

**ЭСТАФЕТЫ**

**1.«Кривоножки»**

Мяч между ног. Добежать отметки и обратно (можно придерживать мяч руками).

**2. «СОБЕРИ УРОЖАЙ»**

В конце зала лежит обруч. Первый участник держит 2 мяча, бежит до обруча, на противоположной стороне зала. Оставляет мячи и возвращается. Второй бежит, забирает мячи .

**Ведущий:** Чтобы команда победила, ее участники должны быть очень дружными, уметь выполнять упражнения вместе сообща.

**3. Эстафета “Теремок”**

****Эстафету начинает первый участник, он двигается к финишу, где лежит обруч-теремок. Добежав, продевает обруч через себя, кладет его на место и бежит за следующим участником – “лягушкой”. Теперь они бегут к теремку вдвоем, взявшись за руки, и вдвоем пролезают в обруч. Затем то же с другими участниками. Важно рук не разрывать! Когда их окажется 7 (это “медведь”), шестеро надевают обруч и удерживают его на уровне пояса. “Медведь” берет обруч рукой и тянет вместе с участниками к старту.

**Айболит:**

Вижу – дружные ребята,

Друг за друга вы горой

Ну, а прыгать, как зайчата

Не хотите ли со мной?

**4. Эстафета “Прыжки в длину”**

Первый участник встает на линию старта и совершает прыжок с места в длину. Проводим черту по носкам обуви прыгающего. Следующий участник, не заступая черты, тоже совершает прыжок в длину. Таким образом, вся команда совершает один коллективный прыжок.

Самый длинный командный прыжок – победный.

**5. Эстафета “Полоса препятствий”**

Ползание по скамейке на животе, подтягиваясь руками.

Подлезание под дугу (пролезание в обруч).

Обратно – бег по скамейке.

**Айболит:**

Да, вы дружно тут скакали

И наверное устали…

Не пора ли по домам

Иль в больницу к докторам?

**Ведущий:**

Нет, ничуть мы не устали.

Для веселья, для порядка

Загадаю вам загадку:

На пол бросишь ты его –

Он подпрыгнет высоко,

Скучно не бывает с ним

Мы играть в него хотим.

**6.Эстафета “Попади в цель”**

**7. «ДИКИЕ БЫКИ**

Прыжки на мячах на скорость.

Подводится окончательный итог всей встречи. Все команды строятся для объявления результатов.

**Айболит:**

Очень рад я:

Из ребят никто не болен,

Каждый весел и здоров

К награждению готов!

**Ведущий:**

Всем известно, всем понятно,

Что здоровым быть приятно.

Только надо знать, как здоровым стать.

С кем, ребята, вы дружны,

Знать об этом вы должны.

**ВЕДУЩИЙ:**

Итак, наш праздник завершен,

А в жюри итог не подведен.

Не ошибиться им желаем,

А мы немного поиграем!

**Загадки для команд:**

1. Назовите сказку, в которой рассказывается о многодетной семье, где семь детей не слушались маму и попали в беду.

2. Назовите сказку, в которой мама-королева помогла своему сыну найти самую настоящую невесту при помощи горошины.

3. Как называется сказка, в которой девочка пошла проведать больную бабушку, но по пути разговаривала с незнакомцем и из-за этого попала в беду?

4. Как называется сказка, в которой благодаря дружной работе всей семьи удалось убрать большой урожай?

**Загадки для зрителей:**

Меня хлопали лопатой,

Меня сделали горбатой.

Меня били, колотили,

Ледяной водой облили,

А потом с меня, крутой,

Все скатились мы гурьбой.

(**Горка)**

Ног от радости не чуя,

С горки снежной вниз лечу я!

Стал мне спорт родней и ближе.

Кто помог мне в этом

**(Лыжи)**

На рояль я не похожа,

Но педаль имею тоже.

Кто не трус и не трусиха,

Прокачу того я лихо. У меня мотора нет.

Как зовусь?

**(Велосипед)**

Взял дубовых два бруска,

Два железных полозка.

На бруски набил я планки.

Дайте снег! Готовы... **(Санки)**

*Ведущий предлагает судьям подвести итоги, назвать победителей.*

*Награждение (награждает один из членов жюри и Доктор Айболит).*



**Медали:**

За смелость и упорство;

Самый ловкий и быстрый.