**Спортивное мероприятие**

**«Властелин здоровья»**

**Цель:** популяризация спорта, физической культуры, здорового образа жизни у детей посредством спортивно - развлекательных мероприятий.

**Задачи:**

- способствовать повышению интереса у детей к занятиям физической культурой и спортом;

- в игровой форме развить физические качества, совершенствовать двигательные умения и навыки;

- воспитывать волю, характер, навык сотрудничества детей внутри команды и с соперником.

**Инвентарь и оборудование**: микролистовки, маршрутные листы, фломастеры, стойки, фишки, флажки, обручи, баскетбольный мяч, магнитофон.

**Ход мероприятия**

Вступительное слово учителя физической культуры. Объяснение программы спортивного праздника. Представление жюри. Торжественное открытие.

Учащиеся делятся на команды и придумывают название и девиз. Построение в колонны у линии старта. Прослушивание названий и девизов команд. Объяснение правил игры по станциям. Каждая команда получает маршрутный лист и протокол, на котором указан путь прохождения станций.

**Станция 1**. «Собиралкина».

На территории школы разбросаны правила прохождения станций. По сигналу, команды бегут и собирают правила, одна команда оранжевого цвета, другая зеленого и приступают к прохождению остальных станций. Кто быстрее справится с заданием, получает 2 балла, проигравшая команда 1 балл.

**Станция 2.** «Загадкина».

За каждую правильную отгадку учащиеся получают 1 балл.

|  |  |
| --- | --- |
| Льется речка - мы лежим.  Лед на речке - мы бежим. (Коньки.)  Что это у Галочки?  Ниточки на палочке.  Палочка в руке,  А ниточка в реке. (Удочка.)  Он упрямый и пузатый,  Больно бьют его ребята.  Отчего беднягу бьют?  Оттого, что он надут. (Мяч.)  Две полоски на снегу  Оставляю на бегу.  Я лечу от них стрелой,  А они опять за мной. (Лыжи.)  Скорчится - с кошку,  А растянется - с дорожку. (Канат.) | Бьют - не плачет,  Только выше скачет. (Мяч.)  Два коня у меня,  Два коня.  По воде они возят меня.  А вода тверда,  Словно каменная. (Коньки.)  У него два колеса  И седло на раме,  Две педали есть внизу,  Крутят их ногами. (Велосипед.)  На ночь, два оконца  Сами закрываются,  А с восходом солнца  Сами открываются. (Глаза)  На земле он всех сильней,  Потому что всех умней. (Человек) |

**Станция 3.** «Алфавитово».

Дан набор букв, нужно собрать слово, означающее вид спорта. За каждое угаданное слово учащиеся получают 1 балл.

ХМШААТЫ – ШАХМАТЫ

БСАЕКТОЛБ – БАСКЕТБОЛ

ЛОФБУТ – ФУТБОЛ

ККОХЕЙ – ХОККЕЙ

ОЙБВЛЛЕО - ВОЛЕЙБОЛ

ЕНИСТН – ТЕННИС

АНБГДЛО – ГАНДБОЛ

ФГЬОЛ – ГОЛЬФ

**Станция 4.** «Здоровым быть модно!».

Командам предлагается придумать и нарисовать плакат, отразив на нем всё, что они подразумевают под словом «Здоровье».

**Станция 5. «Спортивная».**

На данную станцию все команды приходят одновременно, становятся в колонны по одному и выполняют эстафеты:

1) «Бег сороконожек». Дети принимают И.П. сидя на корточках и кладут руки на плечи впереди стоящему человеку. По сигналу все три команды передвигаются до поворотной стойки и обратно в таком И.П. Максимальное количество очков – 5 баллов.

2) «Дружба». У поворотной стойки на земле находится обруч. По сигналу первый участник бежит и одевает его на себя, затем следующий и так далее, пока вся команда не окажется в обруче. Максимальное количество очков – 5 баллов.

3) «Быстрая передача мяча». Участники стоят в колоннах. Против каждой колонны становится капитан с мячом. По сигналу он передаёт мяч 1-ому номеру своей команды. Поймав мяч, первый номер возвращает его капитану, быстро перебегает и становится за его спиной. Выигрывает та команда, которая быстрее и точнее выполнит задание. Максимальное количество очков – 5 баллов.

4) Эстафета "Чехарда".

По сигналу первые участники от каждой команды отбегают на расстояние 2 м от своей команды и делают упор присев, опустив голову вниз. Следующие участники бегут вперед, совершают опорный прыжок через 1-го игрока, и садятся в положение в упор присев, опустив голову вниз, на расстоянии (приблиз.1,5м) от 1-го участника. Такое движение должны выполнить все участники команды, дойдя до стойки, обогнуть ее и вернуться к финишу перепрыгивая через друг друга, пока последний участник (здесь первый) не окажется за линией старта. Максимальное количество очков – 5 баллов.

**Подведение итогов и награждение**: по протоколам подсчитывается сумма набранных очков за 5 станций. Команды награждаются дипломами, грамотами и сладкими призами.