**Сценарий открытого урока по физической культуре**

**Игра-соревнование**

**«Путешествие на сказочную планету»**

**Цели:** 1. Укреплять здоровье, воспитывать правильное отношение к здоровому образу

 жизни.

 2. Развивать выносливость, ловкость, силу, умение координировать свои

 движения.

 3. Способствовать воспитанию чувства сплоченности, ответственности.

**Участники:** для начальных классов

Участвуют в игре 2 команды-экипажи космических кораблей. Каждый экипаж придумывает название своего корабля. Экипажи состоят из 8 человек. Во главе экипажа командир, которого выбирают сами ребята. Перед началом игры экипажи строятся в спортивном зале. Остальные – болельщики.

Звучит торжественная музыка.

**Ведущий:** Здравствуйте, ребята! Сегодня мы отправляемся в космическое путешествие на сказочную планету «Поиграй-ка». Но чтобы попасть на эту планету, вам необходимо пройти ряд испытаний.

Экипажи, стройся!

Ведущий разучивает с ребятами стихи:

 «Ждут нас быстрые ракеты

 Для прогулок по планетам.

 На какую захотим,

 На такую полетим.

 Но в игре один секрет

 Опоздавшим места нет!

 Раз! Два! Три! Лети!

**Игра** «Самолеты»

**Игра** «Космонавты»

**Первое испытание** - «Состояние невесомости».

Заранее определяют дистанцию - приблизительно 10 метров . Космонавт должен преодолеть это расстояние, делая по три прыжка на одной ноге, выполняя равновесие(«ласточку») на одной и затем меняя ногу. И таким образом, надо пройти всю дистанцию от старта до финиша. Задание по очереди выполняют все члены экипажа. За победу команде присуждается очко.

**Второе испытание** – «Умеешь ли ты ориентироваться в пространстве?»

В центре зала ставят стулья и каждой команде выдают платки – косынки. Космонавт стоит спиной к стулу. Ему завязывают глаза платком и просят сделать три шага вперед, а потом трижды быстро повернуться на 360º. После поворота космонавт должен вернуться к стулу и сесть на него. Испытанию подвергается каждый член экипажа. Выигрывает экипаж, который более точно выполнит задание.

**Третье испытание** – «Кольца Сатурна».

Участвуют только командиры экипажей. Каждому командиру экипажа выдается 5 колец разного цвета. Командиры экипажей бросают кольца с расстояния 3 м на «макет Сатурна». Каждый получает столько очков, сколько колец ему удастся набросить на Сатурн.

**Четвертое испытание** – «Полет к созвездию».

Напротив каждого экипажа на расстоянии 10 м от старта на полу небольшими звездочками выложены фигуры созвездий Весы, Дева, Лебедь (в каждом количество звездочек равно числу членов экипажа). Первыми по традиции выполняют задание командиры экипажа. Они получат по столовой ложке и надувному шарику. По команде «Старт!» они, слегка подбрасывая надувной шарик ложкой, бегут к своему созвездию. Добежав до него, они берут одну звездочку и так же подбрасывая шарик, устремляются обратно. Добежав до линии старта – финиша, командиры передают ложку и шарик следующему члену экипажа, а звездочки оставляют у себя. Задание выполняют все члены экипажа. Последний, выполнив задание передает ложку, шарик и звездочки судье соревнований. За победу в этом испытании присуждают очко.

**Ведущий:**

«Постарайтесь – ка, ребятки,

Отгадать мою загадку.

Я в руках ее кручу

И скачу, скачу, скачу! (скакалка)

Ребята! Некоторые мальчики считают, что скакалка – развлечение девочек, и поэтому прыгают неохотно. Прыжки через скакалку – это не только детская забава, но и полезное упражнение. Наши лучшие спортсмены включают в свои тренировки упражнения со скакалкой. Упражнения со скакалкой используются при подготовке летчиков и космонавтов.

**Пятое испытание** – «Эстафета со скакалкой»

**Ведущий:**

Ну что ж, ребята, вы успешно прошли все испытания, преодолели все трудности, побывали на планете «Поиграй – ка!», но мы не прощаемся, нас ждет еще одно интересное путешествие на галактике «Угадай – ка!».

Чтобы успешно совершить его, вам необходимо сосредоточиться, хорошо подумать и ответить на все вопросы, которые мы вам зададим. Командиры экипажей получают конверты с вопросами (по 3-4 вопроса каждому экипажу). Экипажи выступают отдельно друг за другом, согласно жребию.

Экипаж! Минутная готовность!

(Командир открывает конверт и читает вопрос). Начинаем отсчет времени:

«Десять, девять, восемь, семь, шесть, пять, четыре, три, два, один!»

За каждый правильный ответ экипаж получает по 1 очку.

**И, заключительное испытание** – «Путешествие на сказочную планету».

На полу разбросаны разрисованные надувные шары с наименованием планет. Шариков столько, сколько участников, т.е. членов экипажа. По команде «Старт!» надо приземлиться на любую планету, т.е. любым способом лопнуть шарик. Испытание проходят все члены экипажа.

**Ведущий:**

Вот и закончилось наше путешествие! Все вы отлично прошли и практические и теоретические испытания, доказали, что много знаете и умеете, а главное – всегда действуете дружно, помогаете друг другу.

Судьи подводят итоги игры. Награждение победителей.

 Все участники получают небольшие призы.