Сценарий спортивного конкурса.

**Путешествие в страну «Будьте здоровы!»**

**Цель конкурса:** сформировать у детей потребность в здоровом образе жизни.

 **Задачи:**

* содействовать осознанию важности разумного отношения к своему здоровью;
* способствовать укреплению здоровья детей;
* развивать коммуникативные способности, внимание, фантазию, смекалку, творческие способности, речь;
* воспитывать культуру поведения и общения.

**Вед 1**: Здравствуйте! Как ваше здоровье!

**Вед 2:** Такими словами приветствуют друг друга, справляясь о здоровье. А здоровы ли вы, дорогие мои? Хорошее ли у вас сегодня настроение? Я очень рада, что у вас все отлично! В народе говорят: “Здоровому – все здорово”. Здоровый человек красив, он легко преодолевает трудности, с ним приятно общаться. Он умеет по-настоящему, и работать, и отдыхать.

**Вед 1**:А что значит быть здоровым?! Давайте перечислим, что необходимо делать, чтобы сохранить здоровье…

**Дети:** Делать утреннюю зарядку

– Соблюдать режим дня

– Заниматься физкультурой и спортом

– Закаляться

– Соблюдать чистоту

– Правильно питаться

**Вед 2:** Правильно, чтобы быть здоровым, нужно заниматься физкультурой, делать утром зарядку и не лениться. Заниматься спортом: бегом, плаванием и другими видами спорта, закаляться, играть в подвижные игры на свежем воздухе – то есть вести здоровый образ жизни. За вас для вашего здоровья, никто этого не сделает. Сегодня мы проведем конкурсную спортивную программу, в ходе вы посоревнуетесь в силе и ловкости, быстроте и выносливости. Я призываю участников к честной спортивной борьбе. Желаю всем успеха! А сейчас познакомимся с компетентным жюри.

*Представление жюри*

Вед 1:Перед любым соревнованием нужно как следует провести разминку, размять все мышцы. И сейчас мы сделаем небольшую разминку.

*Разминка под музыку.*

**Вед 2:** А сейчас проведем интеллектуальную разминку. На сцену приглашаются по одному представителю от отряда.

Загадка для 6 отряда

Эта птица – не синица,
Не орёл и не баклан.
Эта маленькая птица
Называется... (*Волан*.)

*Задание*. Как называется игра с воланом?

Загадка для 5 отряда

Кто на льду меня догонит?
Мы бежим в перегонки.
И несут меня не кони,
А блестящие ... (*Коньки*.)

Задание. Перечислить виды спорта, где используются коньки.

Загадка для 4 отряда

Мне загадку загадали:
Что это за чудеса?
Руль, седло и две педали,
Два блестящих колеса.
У загадки есть ответ
Это мой ... (*Велосипед*.)

Задание. Как называется закрытое спортивное сооружение ,где проводятся соревнования по велоспорту.

Загадка для 3 отряда

Они бегут на лыжах к цели.

А цель, конечно, далеко.

И нужно поразить мишени.

Где промахнуться так легко. ( Биатлон)

Задание. Назвать лыжные виды спорта

Загадка для 2 отряда

Нужно очень быстро плавать,

За мячом всегда следить

И, перехватив, в ворота

Обязательно забить. (Водное поло)

*Задание.* Назвать спортивные игры с мячом.

Загадка для 1 отряда

Это бодрость и здоровье
Это радость и веселье
Плюс хорошая фигура
Вот что значит... (*Физкультура*.)

Перечислите физические качества человека

Вед 1: Физическое качество – быстрота необходимо каждому спортсмену и на сцену приглашаются самые быстрые представители отрядов.

«Бег вокруг кеглей под музыку»

А сейчас приглашаются самые ловкие представители отряда.

Прыжки через длинную скакалку. Кто больше.

Ждем на сцене самых выносливых представителей отрядов.

Упражнение «планка», кто дольше продержит.

А сейчас померяемся в силе.

Бой подушками на скамейке.

На сцену приглашаются самые гибкие представители отрядов.

Наклон вниз ,узкая стойка. Касание руками линейки, колени не сгибать.

Вед 2: Вот и закончился наш конкурс. В ходе соревнований мы получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом! Укрепляйте здоровье! Развивайте силу и выносливость!

*Итоги жюри…..*

Вед 1:Всем спасибо за внимание,

За задор и звонкий смех,

За азарт соревнованья,

Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим мы:
«До свиданья! До счастливых новых встреч!»