**Сценарии спортивно-оздоровительных мероприятий**

От игры – к спорту!

**Задачи:**

1. Закрепить знания о владении разными мячами
2. Совершенствовать навыки передачи и бросков, ведению мяча- формирование «чувства мяча».
3. Развивать внимание, ловкость, быстроту, реакцию, силу рук,
4. Воспитывать чувство товарищества, взаимоподдержки.

**Место проведения**: спортивный зал

**Инвентарь**: баскетбольные мячи, кегли, гимнастические обручи, 2 листа бумаги,2 карандаша, воротца –дуги.

**Состав команд :** 5 девочек и 3 мальчика.

**Продолжительность**:40-45 минут

|  |  |
| --- | --- |
| **Ведущий**  | Добрый день, дорогие наши гости, участники соревнований Мы рады видеть вас в этом зале. Сегодня у нас праздник молодости и здоровья! Праздник баскетбола! Где каждый может посоревноваться в ловкости и быстроте, меткости и силе, находчивости. |
| Ведущий знакомит зрителей с участниками соревнований ( учащиеся 5-а и 5-б ), судьями  |
| **Приветствие команд(команды : название команды, девиз, речевка)** |
| **Ведущий** | У нас проблем со спортом нет-Мы его любители,И физкультурой каждый час Заниматься любим,Происходит это так….  |
| **Конкурс №1** | **«Быстрый мяч»** ( капитан команды стоит напротив команды- передал мяч первому , первый перебежал и встал за его спиной и т.д. побеждает та команда, которая закончила эстафету первой) |
| **Конкурс №2** | **«Слалом »** Ведение мяча между кеглями (не сбивая их) поочередное ведение мяча |
| **Конкурс №3** | **«Мяч в тоннели»**(прокатываем мяч между ног, последний бежит с мячом до стойки и обратно, прокатывает мяч в начале колонны , сам становиться первым и т.д. пока первый снова не станет первым.) |
| **Конкурс №4** | **«Челночек»**челночное ведение мяча по заданным линиям |
| ***Конкурс*** *для болельщиков* ***«Гонка мячей через центр»*** |
| ***!!! Викторина для команд – составить наибольшее количество слов из слова «Баскетбол» за 1 минуту.*** |
| **Конкурс №5** | **«Закати мяч»** (первый бежит до средней линии останавливается и прокатывает мяч бежит за ним и с ним в руках бежит к команде и т.д. ) |
| **Конкурс для болельщиков**  | ***Викторина для зрителей***1. Какой мяч самый тяжелый - футбольный, волейбольный, баскетбольный.
2. Сколько раз можно вести мяч? (один)
3. Где впервые начали играть в баскетбол? (США)
4. Ты ведешь мяч. Как нужно делать, чтобы хорошо видеть свободного товарища по команде у корзины и во время игры? (вести мяч не смотрев на него. Смотреть вперед , на площадку)
 |
| **Конкурс №6** | **«Снайперы»**Броски мяча в гимнастический обруч( кол-во попаданий) |
| **Конкурс №7** | **«Кто самый быстрый»** бег с баскетбольным мячом сквозь обручи |
| **Конкурс №8**  | **«Лучший бомбардир**» попади в кольцо |
| **Ведущий**  | Самые справедливые и честные судьи подвели итоги баскетбольного состязания. Им слово. Подведение итого соревнования .Объявляется победитель |
|  | В борьбе закаляется крепкая воля,И наши сердца горячи,Кто смотрит на вещи уныло и хмуро,Пусть примет наш добрый совет-Получше ,надежней дружить С физкультурой,В ней юности вечной секрет!Успехов вам во всех ваших делах и начинаниях! Здоровья вам, счастья!  |

 Составила и провела учитель физической культуры Г.В.Плевако

 **«У ЛУКОМОРЬЯ»**

**(В гостях у сказки)**

Спортивные соревнования среди учащихся 4-х классов

 МБОУ «СОШ № 5» г. Дальнереченска

 **Задачи:1.Воспитание у учащихся чувство товарищества**

 **взаимовыручки, любви к творчеству русских**

 **писателей, дружбе.**

 **2.Развитие скоростных способностей, ловкости, быстроты**

Фон музыки в гостях у сказки

Ведущий: **Дорогие ребята! Сегодня у нас необычные соревнования. Они посвящены гениальному человеку, поэту. Творчество, которого вам известно уже с самого раннего возраста. И так мы попробуем его сейчас узнать, я зачитаю несколько строк из его произведений:**

 **«Там чудеса, там леший бродит, русалка на ветвях сидит»**

Дети: **отвечают (Пушкин А.С.)**

Ведущий: **Правильно. Страна сказок Пушкина А.С. называется «Лукоморье».**

* **Вам хочется попасть в эту страну?**
* **(Дети) да…**
* **Хорошо только транспорт в эту страну должен быть сказочным. Давайте вспомним, какие средства передвижения используют герои сказок Пушкина А.С.**

Дети: **Ступа; борода колдуна; бочка; корабль; конь и т.д.**

Ведущий: **Прекрасно! И чтобы попасть в страну сказок нужно прочитать отрывок из любой сказки или ее название.**

Дети: (**чтение отрывка)**

Ведущий: **Все вы молодцы! А теперь готовы? Закрыли все глазки. И громко все вместе скажем: 3,2,1 – в «Лукоморье» мы летим.**

Звучит фонограмма

Ведущий: **Златая цепь на дубе том**

 **И днем и ночью кот ученный**

 **Все ходит по цепи кругом.**

 **Идет направо песнь заводит,**

 **Налево сказку говорит…**

Кот: **(дети открывают глаза) Здравствуйте дети, здравствуйте! Давненько у нас в гостях «Лукоморье» не было гостей. Не боитесь? Страна наша волшебная. Много героев у нас и добрых и злых может встретиться. Знаете, кого остерегаться надо? Назовите-ка отрицательных героев из сказок Пушкина А.С. (черномор, коршун злодей, старуха). Молодцы! А помощи в трудную минуту от кого ждать можно (ветер, Руслан). На сколько меня мой кошачий нюх не подводит, - толковые вы ребята.**

В это время в зал влетает нечистая сила Баба-Яга

Фонограмма песенка «Баба-ежик»

Баба-Яга**: Сколько лет и сколько зим**

 **Вас я не видала**

 **Коли вру, в ребро мне клип**

 **Я без вас скучала.**

 **Ваши рожицы во сне,**

 **Как увижу в слезы.**

 **Все родные мне,**

 **В сердце как заносы.**

 **Эх, былые времена, времечко лихое.**

Звучит фонограмма

Леший: (**бежит по залу, пугает спортсменов, гостей**).

 **Ух. Кто по лесу ходит? Ух! Кто по лесу бродит? У-ух! Поймаю, на-пу-га-ю. Ух, ух!**

 **Позабыли обо мне,**

 **Помнят ли в народе?**

 **Слышал, у детей Гарри Поттер в моде.**

 **В чаще леса просто жуть**

 **Темень без просвета, хоть чуть-чуть**

 **Где ты, радость, где ты?**

Вед: **Баба-яга, леший мы предлагаем вам не быть сегодня злыми, а принять участие в празднике «В ГОСТЯХ У СКАЗКИ»**

Баба-яга**: Что, друзья, нам скучно жить? (обращается к сказочным героям)**

 **Сами виноваты**

 **Хватит хныкать и скулить**

 **Что мы слабовать?**

 **Что ослабли духом мы?**

 **Телом одряхлели?**

 **Не тряхнуть ли стариной..**

 Сказочные герои соглашаются

Ведущий: **Вот давайте и познакомимся с ребятами.(приветствие, знакомство команд, девиз, знакомство с жюри) правила соревнований.**

Кот: **Спокоен я за вас от кончика хвоста до кончика ушей. Счастливого вам путешествия.**

 **Мур-р. Иду налево песнь… Нет это не то! Ага! Иду направо сказку говорю.**

Ведущий: **И так ваша задача отгадать из какой сказки эти слова.(сказочные герои готовят эстафеты)**

Леший:1)…..**А орешки не простые,**

 **Все скорлупки золотые**

 **Ядра-чистый изумруд (о царе Солтане)**

I .Эстафета: перенести в корзину орешки.

Кот:2) ….**Жил старик со старухой**

 **У самого синего моря**

 **Раз он в море закинул невод,**

 **Пришел невод с одною тиною (о золотой рыбке)**

II. Эстафета: «Метко в цель» - закатить мяч в ворота прокативши мяч через ворота, игрок бежит забирает мяч и передает другому.

Баба-Яга:3) **Посмотрим, какова у тебя сила.**

 **Видишь, там сивая кобыла?**

 **Кобылу подними да неси ее полверсты.**

 **Снесешь кобылу, оброк уж твой,**

 **Не снесешь, будет мой.(сказка о Попе и его работнике Балде)**

III. Эстафета «Догони вороного» бег на лошадке – палка между ног…

Леший: 4) **«Посади ты эту птицу, на высокую на спицу**

 **Петушок мой золотой**

 **Будет верный сторож твой».**

IV. Эстафета- «Прицепи петушка на шест».

Кот: 5) ….**Старушонка хлеб поймала**

 **«Благодарствую - сказала –**

 **Бог тебя благословит,**

 **Вот за то тебе, лови!»**

 **И к царице наливное,**

 **Молодое, золотое**

 **Прямо яблочко летит…(сказка о мертвой царевне и о семи богатырях).**

V. Эстафета- «Передал- беги» передача мяча в колонне направляющему.

 Баба-яга 6) ….**Сын подумал: добрый ужин**

 **Был бы нам однако нужен**

 **Ломит он у дуба сук**

 **И тугой сгибает лук**

 **Со креста шнурок шелковый**

 **Натянул на лук дубовый…(сказка о царе Салтане)**

VI.Эстафета - «Попади в цель» -метание обручей на кольцеброс.

Готовится полоса препятствия.

Ведущий: **Королевич Елисей отправляется в дорогу**

 **За красавицей душой**

 **За невестой молодой (Сказка о мертвой царевне).**

* **Лазание по гимнастической скамейке на животе;**
* **Перекаты туловища на гимнастическом мате;**
* **Взять мяч и бросить в корзину;**
* **Бег по прямой и т.д.**

Леший**: Ох и умаялись мы, ох устали**

 **Руки и ноги наши дрожат!**

 **Нагрузки такой мы раньше не знали**

 **Трудно равняться на этих ребят.**

Кот**: Бегают быстро, прыгают ловко.**

Баба-яга: **Вот чего мне не хватало,-**

 **Я сегодня поняла**

 **Сколько лет я потеряла,**

 **Неспортивная была**

 **Прочь, точка, хандра и грусть!**

 **Помирать мне рановато**

 **Физкультурой я займусь**

 **А потом, чем черт не шутит**

 **Вдруг спортсменкой стану я**

 **Ведь спортивный дух по сути**

 **Бродит в жилах у меня.**

Кот: **Ребята! Наше путешествие заканчивается. Нам нужно вернуться домой. Вы помните, в какой сказке «Бочка по морю плывет?» а заклинание?**

**«Ты волна моя волна». Давайте хором скажем эти слова с закрытыми глазами. И когда откроем их ,все вернется на свое место**

***«Ты, волна моя волна!***

***Ты гульлива и вольна***

***Плещешь ты, куда захочешь,***

***Ты морские камни точишь,***

***Топишь берег ты земли,***

***Подымаешь корабли-***

 ***Не губи ты нашу душу выплесни ты нас на сушу!»***

*Дети произносят слова, открывают глаза (кот, кощей, леший исчезают)*

Подведение итогов состязаний.

Д/З командам: **загадки – 2 шт. команде сопернице, 3 рисунка от каждой команды на три сказки Пушкина А.С.(**команда 10 чел. 5 девочек+5 мальчиков**).**

**Ответственная учитель физической культуры Плевако Г.В.**

**Страницы армейской жизни.**

**Праздник посвященный «Дню защитника Отечества».**

**для учащихся 2-4 классов МБОУ «СОШ № 5»г.Дальнереченска**

*Под музыку входят команды-участницы.*

Ведущий: *Дуют ветры в феврале,*

 *Воют в трубах громко.*

 *Змейкой мчится по земле.*

 *Над кремлевскою стеной -*

 *Самолетов звенья.*

 *Слава армии родной*

 *В день её рождения!*

 23 февраля - День Защитника Отечества в нашей стране празднуют с 1918г. Этот день - дань всем поколениям героического воинства.

Сегодня мы приветствуем всех в нашем зале и будущих воинов, сегодняшних участников состязаний.

- Желаем им успехов в предстоящих состязаниях.

- Программа, в которой мы предлагаем вам поучаствовать называется «Страницы армейской жизни». Участники могут проявить в этом свои физические способности.

Судить соревнование будет жюри:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

И так давайте познакомимся с командами.

*1. Приветствие команд (название, девиз, песня).*

*2. Строевые упражнения: «ПАРАД»*

- повороты

- перестроение

- маршировка

*Как в каждой армии есть «Устав».*

*К уставу должны привыкнуть сей же час*

*Придется учится, как честь отдавать*

*По плацу сутки без отдыха шагать.*

3. *Вот очередные мучения - начались боевые учения.*

- Укрась стену «С праздником 23 февраля!»

 - *Эстафета «Доставка боеприпасов» (гладкий бег до гимнастической скамейки, бег по гимнастической скамейке, гладкий бег до стойки взять мяч, принести на старт).*

4. *Переправа, переправа*

 *Наступленье слева, справа*

*Юнармейский наш народ.*

*На учение вперед!*

*Задание для классов.*

I. *«Стрелки»- бег на деревянной палке(лошадь) между ног , змейкой до стойки с мячом бросок мяча в цель. Обратно гладкий бег.*

II. *Эстафета «Подрывники» (мяч в руке- ползут в туннели до барьера, метают мячом в цель, гладкий бег без задания, передают эстафету).*

*(Игра с болельщиками: на голове книга, книга между ног).*

III. *Эстафета «Связисты» (наладить связь I разматывает катушку, другой сматывает).*

IV. *Эстафета «Пулеметчик» (Езда на мешке: двое ведут третьего до стойки и назад).*

V. «Гиревик « -жим гантелей по очереди

VI*. Конкурс капитанов (разминируй минное поле). (сбор кубиков)*

VII. *Рисунок на военную тематику (команда распределяет кто что рисует, у кого лучше получится рисунок).*

VIII. Домашнее задание, номер художественной самодеятельности.

Подведение итогов состязания.

Ответственная учитель физической культуры Плевако Г.В.

**«А НУ-КА, ДЕВУШКИ!»**

**Соревнования учащихся 5-11 классов**

**МБОУ «СОШ №5» г. Дальнереченска**

Ах, женщины – и красота и праздник,

И героини юношеских снов!

С рожденья в дочерях весны прекрасной

Надежда наша, вера и любовь!

Они всю жизнь нам солнцем ярким светят

И как сказал восторженный поэт:
»Без женщин разве можно жить на свете?

Без женщин жить нельзя на свете, нет!»

1. Знакомство с командой (Девушки представляют свои команды в любой форме: стих, песня, речевка, оценивается оригинальность представления + эмблема команды для жюри)
2. Представление жюри
3. Спортивный конкурс . Женщина всегда должна держать спортивную форму, быть стройной, ловкой, гибкой, выносливой. . сейчас мы увидим какие наши девушки
	* «Веникобол» - ведение воздушного мяча между кеглями веником.
	* Спортивная ходьба – помните слова песни «…топ-топ-топает малыш с мамой по дорожке не спеша»… Мы проверим, хватит ли у вас терпения и сноровки идти детским шагом. (необходимо пятку ставить к носку)
4. «…Есть женщины в русских селениях

…Коня на скаку остановит, в горящую избу войдет»…

Стрельба из лука – мишенью является корзина, а луком обычный репчатый лук, дистанция – 5 м. Луковицы уложены на стартовой линии. Участник №1 по сигналу начинает движения, Побеждает та команда, которая быстрее и точнее забросит луковицы в корзину (за каждое попадание очко)

1. «Яблочный рай» - нужно передать друг другу яблоко. При этом можно пользоваться только подбородком или плечом. Руки находятся за спиной. Если яблоко падает, все начинается сначала.
2. «Первооткрыватели» Представьте, что вы первооткрыватели вам предстоит открыть новую планету – нужно надуть воздушный шар, а затем заселить его человечками.

Ведущий:

Мы убедились, что вы быстрые, ловкие, сейчас проверим, какие вы будущие хозяйки, Все девушки любят ходить в гости. Сейчас наши девушки будут готовиться к приему гостей. Они продемонстрируют свое мастерство в ведении домашнего хозяйства

Оно состоит из двух частей:

* + Праздничный стол – нужно из овощей приготовить украшение к салату
	+ Праздничный торт – (команды заранее приготовили торт дома, и жюри оценивает)
1. Игра со зрителями:
	* Дружная семейка (у кого в обруче будет больше «жителей»
	* «Хоккей на траве» - ведение мяча гимнастической палкой
	* «Попади в свой след» - прыжки с поворотом 360 градусов(стараясь попасть в свой след)

Ведущий:

Мы убедились, что вы готовы принимать гостей самостоятельно, А теперь в каком виде вы будете принимать гостей, уметь привести себя в порядок должна каждая хозяйка.

* + Непрочные чулки – Все знают, как непрочны чулки, как аккуратно их нужно надевать, чтобы не сделать затяжек, а попробуйте натянуть чулок на полено!
	+ Уложить волосы в хвост – нужно как можно быстрее и аккуратнее уложить хвост, обмотать
	+ Макияж – на нарисованном женском лице сделать эскиз макияжа
1. «Счастливый случай» - вопрос «А почему» - ответ
2. Танцевальный номер
3. Авангардная мода

Подведение итогов

Награждение

Ответственная учитель физической культуры Плевако Г.В.

**Положение о проведении**

**спортивных состязаний посвященных**

 **«Дню здоровья»**

**Цель:** Приобщение учащихся к занятиям физической культуры, воспитание товарищества и взаимовыручки, развитие физических качеств(быстроты, ловкости, внимательности, сообразительности и т.д.)

**Место проведения**: спортивная площадка.

**Инвентарь:**

Для 2-х классов : обручи, скакалки, волейбольные мячи, свисток.

Для 3-4-х классов: гимнастическое бревно, гимнастические палки, обручи, шведская стенка, секундомер, свисток.

**Программа.**

Соревнуются между собой:

 2-а и 2-б кл. в команде 10 человек(5мальчиков + 5 девочек);

3—4 –е классы в команде 8 человек(4 мальчика +5 девочек)

**Судьи и помощники**: учащиеся 9 -в класса

**Классам подготовить Д/З:** Название и девиз команды.

Построение за школой.

**2-е классы: эстафеты**:

1. Мяч «в гору и с горы» - передача мяча над головой
2. «Тоннель» - прокати мяч
3. «Эстафета с мячом»- бег с мячом, передачи мяча
4. Завяжи и развяжи узелок на скакалке
5. Кто дальше» - прыжок в длину с места
6. Езда на мотоцикле» - бег с обручем

**3-4-е классы:**

1. ***Личное первенство***
* Бег 60м -4дев. х4 мал.
* «Лучшая прыгунья»
* «Самый сильный»- подтягивание на перекладине
1. ***Общекомандное- полоса препятствий*** :
* Гладкий бег
* Бег над гимнастической стойкой и под ней.
* «Переправа»- преодоление параллельных брусьев.
* «Тоннель»-бег по узкому коридору
* Гладкий бег
* «Метко в цель» - кольцеброс
* «На вершине горы» -лазание по шведской стенке(4 снизу)
* «Опорный прыжок» - преодоление колес.
* «На обрыве скалы»- ходьба по рукоходу
* Бег по лабиринту

**(страховка учащихся 9 класса на всех этапах) на лучшее время**

**Подведение итогов, награждение грамотами.**

Учитель физической культуры Г.В.Плевако