**ГБОУ «Шумихинская школа – интернат»**

**Сценарий**

**Спортивно – оздоровительное мероприятие**

**«Добро пожаловать в Спортландию!»**

**Дата проведения: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Планируемые результаты:**

1. Предметные:

- развитие задатков и склонностей к различным видам спорта;

- формирование и совершенствование двигательных навыков;

- формирование навыков здорового образа жизни;

- пропаганда физической культуры и спорта.

2. Личностные:

- воспитание у обучающихся бережного отношения к своему здоровью;

- формирование отношения обучающихся к своему здоровью, как к основному фактору

 успеха на последующих этапах жизни;

- воспитание дисциплины, сплоченности, умения точно выполнять команды;

- приобщение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и различными видами спорта;

 - формирование коммуникативных навыков у обучающихся, создание условий для формирования готовности обучающихся к совместной деятельности.

3. Коррекционно - развивающие:

 - укрепление здоровья обучающихся, закаливание организма, содействие физическому развитию обучающихся;

 - профилактика заболеваний, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

**Возрастная группа:** среднее и старшее звено.

**Методы воспитания и обучения:**

- наглядно — зрительные приемы (показ физических упражнений, зрительные ориентиры);

- наглядно — слуховые приемы (музыка, песни);

- тактильно — мышечные приемы (непосредственная помощь педагога);

- словесные (объяснение, пояснение).

**Действующие лица:**

Ведущая – Еремеева Ю.В.

Айболит – Гавырина Н.Ю.

Бармалей – Николаев А.Д.

Витамины – Самохвалова И.Ю., Черепанова С.Ф.

**Сказка «Репка» -** Мордвинцева Е.В., Логинов К., Личман А.С., Биткова А., Пестова Н., Заболотнева П., Осеева К.

**Группа поддержки –**Мордвинцева Е.В., Заболотнева П., Заболотнева В., Закирова А., Осеева К., Пестова Н.

**Команда «Заводные апельсины»** - Стариков А., Рогозин М., Костров Р., Куцко С., Биткова А., Опарина А., Мешкова О. **Капитан команды –** Биткова А.

**Команда «Озорные яблоки»** - Григорьев К., Логинов К., Рязанов К., Павлов Е., Рязанова Н., Чеблукова А., Решетилова Н. **Капитан команды – Рязанов К.**

**Запасные игроки** – Косарев Д.

**Помощники Бармалея** – разбойники (готовят реквизит к конкурсам) –Личман А.С.,

Рогова М.В.

**Ход мероприятия**

***Приветственное слово директора школы Тхор Ольги Николаевны.***

**Ведущая –** Добрый день! Мы рады представить вашему вниманию спортивное мероприятие «Добро пожаловать в Спортландию!» в рамках проекта «Рейтинг – баттлы».

***1 часть мероприятия (актовый зал, украшен шарами, заставка на экране): под музыку выходит Ведущая.***

**Вед. –** Добрый день! Сегодня мы встретились в этом зале чтобы посетить одну чудесную страну, где нас с вами ожидает много приключений. Итак, «Добро пожаловать в Спортландию!» А что же в этой стране такого удивительного? Все её жители соблюдают ЗОЖ. А вы знаете, что такое ЗОЖ? Правильно, это Здоровый Образ Жизни. Если человек соблюдает правила ЗОЖ, то он будет сильным, ловким, здоровым и у него будет всё получаться. Даже вытянуть большую – пребольшую репку!

***Сказка «Репка»***

**Вед. -**Ну что, ребята, какие правила ЗОЖ вы увидели в этой сказке?

**Дети отвечают.**

**Вед. –** Молодцы, всё верно ответили! Теперь вы готовы посетить Спортландию. Только чтоб нам в неё попасть, нужно спеть песню.

***Общая песня «Спортивный марш».***

***2 часть мероприятия (спортивный зал, украшен шарами, плакатами, на экране заставка «Тропический лес»).***

**Вед. –** Вот так чудеса! Мы с вами действительно оказались в этой волшебной стране! А вот нас и встречают!

***Выходит под музыку Айболит. Ставит свой чемоданчик неподалёку.***

**Ай. –** Всем вам добрый – добрый день!Веселиться нам не лень!

Рад я видеть ребятишек –И девчонок, и мальчишек!

В зимний день зову опять по Спортландии гулять!

Сейчас я погляжу из – под очков на кончик ваших язычков.

У кого живот болит? У кого аппендицит?Каждый раз перед едой фрукты моете водой?

Все дышите!  Не дышите!  Всё в порядке, отдохните.

Да, доволен очень я, что здоровы вы, друзья!

**Вед. -** Здравствуйте, доктор Айболит! Как мы рады тебя видеть. У нас всё в порядке. Мы бодры и веселы.А почему, ребята, у нас всё в порядке?

Потому, что по утрам мы делаем……

**Дети -** ЗАРЯДКУ!

***Флешмоб «Зарядка». Айболит танцует вместе со всеми или ходит между детьми и кого-то слушает фонендоскопом, кого-то трогает или осматривает со всех сторон. К концу флешмоба появляется Бармалей и крадёт чемоданчик.***

**Ай. –** Ах, какие вы все молодцы! Как хорошо танцуете! Надо вас наградить витаминами! Ой, а где же мой чемоданчик?!

***Выходит Бармалей***

**Бар. –** Я злой и страшный Бармалей! И очень не люблю детей!

Врачей я тоже не люблю и ЗОЖ не соблюдаю. И всё, что мне понравится, себе я забираю!

Так что ваш чемодан у меня и назад вы его не получите.

**Ай. –** Что же делать, как мне быть, как чемоданчик возвратить?

**Вед. –** Не волнуйся, доктор Айболит, мы тебе поможем, правда, ребята?

**Дети –** Да!

**Бар. –** Ха – ха - ха! Нападёте всей толпой – и то не справится со мной!

**Вед.** – А давай проверим. Ты нам дашь задания и если мы их выполним, то ты вернёшь чемоданчик Айболиту. А чтобы было веселее, мы поделимся на две команды. Согласен?

**Бар.** – Согласен! Ух, какие задания я вам сложные придумаю сейчас!

**Вед. -** Итак, у нас две команды – «Заводные апельсины» и «Озорные яблоки». А в жюри мы приглашаем Ольгу Николаевну, Рамзию Харисовну и Татьяну Кирилловну**.**

**Вед. -** Прошу команды представиться и поприветствовать друг друга.

**Команда «Заводные Апельсины»:**

Мы как дольки апельсина,

Мы дружны и неделимы!

**Команда «Озорные Яблоки»:**

Здоровые, крепкие,

Как яблоки на ветке!

***Приветствия друг другу, жюри и болельщикам по две строчки, говорят по очереди:***

**Команде соперников:**

Команда «Заводные Апельсины»:

И, соревнуясь вместе с вами,
Мы останемся друзьями.

Команда «Озорные Яблоки»:

Пусть борьба кипит сильней,
И наша дружба вместе с ней.

**Вед.**–Прошу команды приветствовать наше жюри.

**Для жюри:**

Команда «Озорные Яблоки»:

Есть еще одна команда.
Ей всегда сложнее всех.

Команда «Заводные Апельсины»:

Нашим судьям пожелаем,
С нами разделить успех.

**Вед. –** Прошу команд поздороваться с болельщиками.

**Для болельщиков:**

Команда «Озорные Яблоки»:

Приготовьте вы ладони И кричите громче всех!

Команда «Заводные Апельсины»:

Нас соперник не догонит, Ожидает нас успех!

**Ай. –** Всем успеха я желаю и победы ожидаю!

**Вед. –** Ну вот, уважаемый Бармалей, мы готовы к твоим заданиям.

**Бар. –** А я уже всё придумал и приготовил. Вы утверждаете, что все дружите между собой, вот сейчас и посмотрим. И первое задание - Эстафета «Дружба». Участники каждой команды выстраиваются в колонну по двое (желательно одного роста). Удерживая головой и шеей волейбольный мяч, взявшись под ручку, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.

***Эстафета «Дружба».***

**Ай. –** Вот видишь, дружить – это наше призвание, легко выполняем задания!

**Бар.** – Ничего, у меня ещё много идей, посмотрим, как вы со следующим заданием справитесь!

**Ай.** – А пока Бармалей готовит второй конкурс, мои помощники – Витамины загадают вам загадки.

**Витамины –** Мы подружки – витамины,

 И для грусти нет причины,

 Мы для здоровья, красоты,

 С нами весел будешь ты!

1. В банане и йогурте,

В горстке малины-

Повсюду чудесные

Есть …. (витамины).

1. Ем я много витаминов

Укрепляю дисциплину.

Я хочу здоровым быть,

Чтобы Родине … (служить).

1. Мясо, овощи и фрукты —

Натуральные продукты,

А вот чипсы, знай всегда,

Это вредная…. (еда).

1. От простуды нас избавил,

Витаминов нам добавил.

И от гриппа нам помог

Горький доктор наш….. (чеснок).

Молодцы, всё отгадали!

**Вед. –** Вот видишь, Бармалей, мы ещё и загадки хорошо умеем отгадывать!

**Бар. –**Это ерунда! Сейчас мы проверим, как вы прыгаете.

Чья команда дальше запрыгнет? Члены команд по очереди прыгают в длину с места. Каждый следующий начинает прыгать с места приземления предыдущего прыгуна. Выигрывает та команда, у которой большая общая длина прыжков.

***Эстафета «Кенгуру»***

**Вед.** – И прыгать мы умеем. Может, вернёшь чемодан?

**Бар.** - Нет, я сейчас следующее задание приготовлю.

**Ай.** – Какой вредный Бармалей нам повстречался. Пусть придумывает, ребята со всеми заданиями справятся, я уверен.

**Бар.** – А вот и придумал уже! Предыдущее задание было лёгким, а сейчас усложним. Участники каждой команды выстраиваются в колонну по одному. На расстоянии 10 метров от линии старта положить скакалку и обруч. После сигнала 1-й, добежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет и бежит назад, 2-й пробегает 10 метров, берет обруч и делает через него три прыжка на месте, идет чередование скакалки и обруча. Чья команда быстрее справится, та и победит.

***Эстафета «Три прыжка»***

**Бар. –**Да что же такое, они опять всё выполнили правильно и быстро!

**Ай. –** Вот видишь, а ты сомневался. Хоть десять заданий давай, всё сделаем.

**Бар. –** Ничего, я сейчас придумаю очень сложное.

**Витамины –** Что – то наши болельщики засиделись, не пора бы и нам размяться? Ребята, повторяйте за нами!

***Вариант – один Витамин читает, дугой показывает движения.***

Каждый день у нас, ребятки, начинается с зарядки! ***Шагаем на месте.***

Руки в стороны и вниз, Все присели, поднялись*.* ***Движения по тексту.***

И девчонки, и мальчишки побежали все вприпрыжку. ***Бег на месте.***

Сделать нас сильней намного упражнения помогут! ***Наклоны влево и вправо.***

Даже утром, самым хмурым, веселит нас физкультура! ***Сжимаем и разжимаем ладони.***

И, конечно, очень важно, чтоб зарядку делал каждый! ***Похлопали в ладоши.***

Будем дальше веселиться, а сейчас прошу садиться. ***Все садятся на свои места.***

1. **Бар. –** А я уже приготовил задание! Участники каждой команды выстраиваются в колонну по одному. Со старта участник прыгает сидя на большом мяче и обратно. Чья команда быстрее справится, та и победит.

***Эстафета «Полет на ядре»***

**Бар.-** Вы, наверное, специально тренировались, чтобы меня победить? Да ещё и команды такие сильные набрали…

**Вед. –** Ребята у нас очень ловкие и даже поодиночке справятся.

**Бар.** – Да? А вот сейчас проверим, устрою – ка я конкурс для капитанов!

***Эстафета «Краб – Каракатица»***

От каждой команды участвуют только капитаны. Со старта бег приставными шагами в положении полу наклона вперед – руки на коленях, до фишки, обратно бег в упоре присев, ноги вперед – руки назад.

**Ай.-** И не только ловкие, но и сообразительные. Вот ты, Бармалей, знаешь, что вредно, а что полезно?

**Бар. –**Нуууу…. Приблизительно.

**Ай. –** А ребята знают! Сейчас мы это тебе докажем. У меня два комплекта одинаковых карточек, капитанам надо разложить отдельно полезное и вредное,.

**Вед. –**А пока капитаны работают с карточками, мы с вами отгадаем ещё несколько загадок.

***В это время Бармалей с помощниками готовят реквизит для финального конкурса.***

**Витамины -** Чтобы сил тебе хваталобегать, прыгать и играть,
В самый полдень на кроваткунужно лечь и отдыхать.
Это значит, что у наспо режиму…(тихий час).

Болеть мне некогда друзья,в футбол, хоккей играю я.
И я собою очень горд,что дарит мне здоровье…(Спорт).

Позабудь ты про компьютер, беги на улицу гулять.
Для детей полезно оченьсвежим воздухом…(Дышать).

 Знаю, есть на свете чудо, есть такое волшебство:
 Поднесёшь под кран с водою – вмиг смывает грязь оно!**(мыло).**

 Разгрызёшь стальные трубы, если будешь чистить… **(зубы).**

 Горяча и холодна, я всегда тебе нужна.
 Позовёшь меня – бегу, от болезней берегу. **(вода).**

**Ай. –** А теперь давайте посмотрим, как наши капитаны справились с заданием.

***Подведение итогов конкурса «Полезное – вредное»***

**Бар. –**Ну ладно, вот вам самое сложное задание, с ним вы точно не справитесь!

***Эстафета «Полоса препятствий»***

Участники каждой команды выстраиваются в колонну по одному. Со старта участник делает кувырок вперед на гимнастическом мате, далее перетаскивает свое тело при помощи рук по гимнастической скамье, подлезет под беговой барьер, у фишки бросает малый мячик в ведро с трех метров и бежит обратно. Чья команда быстрее справится, та и победит (мячи дополнительное очко).

**Вед.-** Ну что, это и было самое сложное задание? Ребята всё выполнили, выполняй и ты своё обещание. А жюри мы попросим огласить итоги соревнования и решить, какая команда набрала больше очков, та и вручит Айболиту его чемоданчик.

***Оглашение итогов соревнования***

**Бар.-**Ну хорошо, вот ваш чемодан. Не очень – то он мне и нужен. Просто у меня нет друзей и мне скучно и не с кем веселиться….

**Вед.** - Ну, а почему же ты просто не пришёл к нам и не предложил дружить? Мы всегда рады новым друзьям. И приглашаем тебя вместе с нами станцевать!

Цель физической культуры - быть здоровым и с фигурой,

Радующей душу, взгляд, быть красивым каждый рад.

Чтобы быть всегда в порядке, начинайте день с зарядки.

**Ай.** - Пусть большой спорт не для вас, Физкультура - в самый раз!

Не ленитесь и поймете: с физкультурой проживёте

Вы намного больше лет, хоть по складу не атлет.

**Бар.** - Всем известно, всем понятно, что здоровым быть приятно.

Только надо знать, как здоровым стать. С кем, ребята, вы дружны,

Знать об этом вы должны!

**Все вместе (хором):** Солнце, воздух, спорт, вода – наши лучшие друзья!

***Общий флешмоб. Общее фото.***

***Заключительные слова ведущей.***