**Приложение №9**

 **День здоровья**

 **Сценарий спортивного праздника**

**«Путешествие по стране Спортландия» для начальных классов**

**1.Открытие праздника.**

1.Под музыку И.Дунаевского «Спортивный марш» в спортивный зал входят команды 1-4 классов во главе с капитанами.

2.С приветственным словом праздник открывает директор школы

3.Программа праздника, представление жюри.

**2. Театрализованное представление.**

1.Ведущий - «**Спортик**»

 Солнце, воздух и вода –

 Наши лучшие друзья!

 Ребята, я затейник,

 Я Спортиком зовусь

 И если будет скучно-

 Вмиг разгоню я грусть.

 Мой папа - Спорт,

 А мама - Физкультура,

 Все виды спорта – близкая родня.

 Объездил все я страны мира,

 Ребята всюду ждут меня.

 Как песня нужен друг в пути,

 Его я должен здесь найти.

Ведущий – **«Спортик»**

-Теперь отправимся в веселое путешествие по стране **Спортландия**.

Представление команд.

 **Команда «Факел»**

Наш девиз: «Гореть всегда, светить везде и никогда не гаснуть!»

 **Команда** «**Храбрецы-силачи**»**.**

Наш девиз: «Никогда не сдавайся, будь уверен в себе. И тогда непременно улыбнется удача тебе!»

2.**Урок хорошего самочувствия**.

Чтобы вырасти сильным и привлекательным, о здоровье надо заботиться с детства. А знаете ли вы, что первым признаком здоровья человека является его осанка и походка? (Показ)

 Если человек держит спину прямо, не сутулится, если его походка легкая и быстрая, то можно с уверенностью сказать, что со здоровьем у такого человека все в порядке: он весел, полон сил, жить ему легко и интересно.

 А тот, кто ходит, согнувшись как знак вопроса, кто шаркает по дороге, еле передвигает ноги, тот явно чувствует себя плохо, неуверенно. Такому человеку необходимо задуматься о своем здоровье. (Показ физических упражнений)

3. **«Помни твердо, что режим в** **жизни всем необходим**!» (Выступление)

 **С.Маршак** «**Рано вставать**»

 Рано вставать, рано в кровать-

 Завтра на парте не будешь зевать.

 Трудный и долгий день впереди –

 Каждую мышцу с утра заряди.

 **Е.Ильина «Зарядка»**

Я с кровати встал едва:

 Спят глаза, спит голова,

 Руки спят, и спит спина –

 Снова хочет лечь она

 И крадется сон за мной

 Словно черный кот ночной.

 Но, шагнув навстречу дню,

 Я зарядкой сон гоню.

 Сон играть пытался в прятки,

 Но не выдержал зарядки.

 Вновь я ловок и силен –

 И зарядкой заряжен.

 **Ведущий проводит зарядку**.

 **ЗАРЯДКА**

 Каждый день зарядку делай.

 Будешь сильным, будешь смелым.

 На зарядку становись!

 Руки вверх, руки вниз.

 Выше руки, шире плечи.

 Раз, два, три – дыши ровней,

 От зарядки станешь крепче,

 Станешь крепче и сильней.

 **3.Будьте здоровы!**

 Весне прохладной рад.

 Тебе не страшен дождик.

 Не страшен снегопад.

 Ты ветра не боишься,

 В игре не устаешь,

 И рано спать ложишься,

 И с солнышком встаешь.

 Зимой на лыжах ходишь,

 Резвишься на катке,

 И летом – загорелый,

 Купаешься в реке.

 Ты любишь прыгать, бегать,

 Играть тугим мячом.

 Ты вырастишь здоровым!

 Ты будешь силачом!

**3.Основная часть. Проведение спортивно- игровой программы.**

**Ведущий «Спортик» (ведет программу).**

Каждый готов помериться силой,

 Но без обиды и вовсе без драк.

 Всех нас сдружит со спортом отважных.

 Праздник веселых, здоровых ребят.

- Итак, все традиционные формальные моментывыполнены.

**Наш первый конкурс на внимание.**

Сейчас узнаем, как вы умеете владеть своим волнением, и в какой команде участники более внимательные.

**Конкурс «Светофор» *(*три картонных кружка).**

 Зеленый сигнал светофора – вы маршируете.

 Желтый – перестаете маршировать, хлопаете в ладоши.

 Красный - замолкаете и не двигаетесь.

 (Жюри объявляет результат)

- В следующем конкурсе вы сможете показать, что вы не только внимательные, но еще и смелые, быстрые и ловкие.

**Конкурс «Пограничники и парашютисты».**

1 команда – пограничники, 2 команда – парашютисты.

Пограничники, взявшись за руки, преследуют игроков второй команды и ловят их, сомкнув руки. В этом случае он считается пойманным, за что команде начисляются штрафные очки. Игра продолжается 2 минуты, после чего участники меняются ролями.

(Жюри подводит итоги и объявляет результаты)

- Сейчас, ребята, вам предстоит показать свое мастерство в беге.

**Эстафета с мячом.**

Бег с мячом от стартовой линии до конца зала и обратно, передача мяча следующему игроку. Выигрывает та команда, участники которой наберут большее количество очков. Помните, что обходить своего соперника надо с правой стороны.

 На старт…Внимание! Марш!

(Жюри объявляет результаты)

- Я знаю, ребята как вы любите футбол. Это любимая игра мальчиков.

**Эстафета с футбольным мячом (для мальчиков).**

На стартовую линию кладется мяч. Друг за другом устанавливаются 3 булавы (городки) с промежутком 1,5 метра .

По сигналу участники начинают ведение мяча и обходят булавы:

1-справа, 2- слева, 3-справа и назад.

Побеждает команда, игроки которой первыми заканчивают эстафету.

**Эстафета для девочек «Официант».**

По сигналу ведущего участники эстафеты должны пронести воздушный шар до кегли и обратно, передав его следующему игроку.

(Жюри объявляет результаты)

- А теперь проведем конкурс для болельщиков. Они тоже могут помочь своей команде.

 **Спортивные загадки.**

 Кто без рук и без ног

 Самый лучший прыгунов?

 Он и прыгает, и скачет,

 Ушибется и заплачет. (Мячик)

 Ясным утром вдоль дороги

 На траве блестит роса.

 По дороге едут ноги

 И бегу два колеса. (Велосипед)

 Доска на веревках не хуже лошадки,

 Катает всех ловких на детской площадке. (Качели)

Обогнать друг друга рады,

 Ты смотри, дружок, не падай.

 Хороши тогда, легки,

 Быстроходные …(Коньки)

 (Жюри подводит итоги)

- Команды отдохнули, а теперь опять пора за дело.

**Эстафета «Пингвины».**

По сигналу ведущего участники команд должны нести мяч, зажав его между ногами, до кегли и обратно.

Игра «Меткий стрелок».

Каждый участник должен сделать два броска в кольцо. Побеждает та команда, где больше попаданий (потоком). (Жюри подводит итоги)

**Конкурс для капитанов команд «Забей гол».**

Посмотрим, как капитаны спортландцев владеют технической подготовкой. Выигрывает тот футболист, который больше сможет подбить мяч в воздухе (игра проводится в два тура). (Жюри подводит итоги)

**4.Заключительная часть**.

- Спортивно-игровая программа завершена.

1.Председатель жюри объявляет окончательные результаты.

2.Награждение победителей.

3.Ведущий: **«Спортик»**

День здоровья любят дети,

Пусть же станет в целом свете,

Днем здоровья каждый день!

Приучи себя к порядку,

Пробуй плавать и нырять.

Научись любить зарядку,

И отучишься чихать.

Под звуки спортивного марша и аплодисменты болельщиков команды совершают круг почета и организованно выходят из зала.