**7АПРЕЛЯ ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ**

**СПОРТИВНЫЕ СОСТЯЗАНИЯ**

**Ведущий.** Начинаем новый день,

 Прогони скорее лень,

 Спать кончай, глаза протри,

 День здоровья 1,2,3

 **Ведущий.** Физкультура – залог здоровья и хорошего настроения. Заниматься физкультурой – полезно, веселой физкультурой – вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час. Не верите? Проверьте сами! Итак, в добрый путь!

**Ведущий.** В сегодняшнем Дне здоровья принимают участие команды: … *(идет представление команд – участниц: каждая команда говорит свое название и девиз.*

**Ведущий.** По плечу победа смелым,

 Ждет того большой успех,

 Кто, не дрогнув, если нужно,

 Вступит в бой один за всех.

 Пусть жюри весь ход сраженья

 Без промашки проследит.

 Кто окажется дружнее,

 Пусть, друзья, и победит!

**Ведущий.** Членами нашего жюри являются:

***1 конкурс «Сила духа».***

*На стуле лежит коробка, в которой находятся 8 воздушных шариков. По команде**судьи капитан добегает до стула, берет коробку и несет своей команде. Участники команды надувают по шарику и завязывают его. Затем поднимают шарик вверх. Кто быстрее справится с заданием – побеждает.*

**Блицтурнир.**

1. Напиток, названный в честь великого футболиста (Кофе «Пеле»).
2. Зимняя спортивная игра (Хоккей).
3. «Летние» коньки (Ролики).
4. Куда надо забить гол? (В ворота).
5. Площадка для игры в теннис (Корт).
6. Зимняя спортивная площадка (Каток).
7. Главный человек на спортивной площадке (Судья).

***2 конкурс «Победа!»***

*Участвуют по 8 человек от класса. Команда на старте построена в колонну по одному. На стуле лежит конверт с загадкой. По свистку судьи капитан подбегает к стулу, приносит конверт своей команде и все вместе отгадывают загадку.*

1. Я конем рогатым правлю.

Если этого коня,

Я к забору не приставлю,

Упадет он без меня (*велосипед*).

1. Не пойму, ребята, кто вы?

 Птицеловы? Рыболовы?

 Что за невод во дворе?

 -Не мешал бы ты игре.

 Ты бы лучше отошел,

 Мы играем в … (*волейбол*).

1. К лежебоке у реки

Притащил я две руки,

По бокам приладил

И поплыл по водной глади (*лодка*).

1. Две полоски на снегу

 Оставляю на бегу.

 Я лечу от них стрелой,

 А они опять за мной (*лыжи).*

1. По пустому животу

Так, что мне невмоготу,

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумаки (*футбольный мяч)*.

1. Взял дубовых два бруска,

 Два железных полозка.

 На бруски набил я планки,

 Дайте снег. Готовы… *(санки).*

1. Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса.

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

1. К лежебоке у реки

Притащил я две руки,

По бокам приладил

И поплыл по водной глади (*лодка*).

1. Две полоски на снегу

 Оставляю на бегу.

 Я лечу от них стрелой,

 А они опять за мной (*лыжи).*

1. Один удар ракеткой –

Волан летит над сеткой.

Сережа хоть и сильно бил,

Воланчик в сетку угодил.

Сегодня победил Антон.

Во что играли? В…. (*бадминтон*).

1. В спорте принято мечтать

 О любой награде,

 Но важнее побеждать

 На… (*олимпиаде*).

1. Два ремня висят на мне,

Есть карманы на спине.

Коль в поход идешь со мной,

Я повисну за спиной (*рюкзак*).

***3 конкурс «Рюкзак»***

*Перед стойкой лежит обруч, в котором находятся рюкзак и спортивный инвентарь. По команде судьи капитан добегает до обруча, берет рюкзак и приносит его следующему игроку, который бежит к обручу, берет следующий предмет, кладет его в рюкзак и с рюкзаком возвращается к команде и т.д. Побеждает команда, первая собравшая в рюкзак все 7 предметов и его застегнувшая.*

***4 конкурс «Кенгуру».***

*В конкурсе участвует вся команда. Участники держат баскетбольный мяч между ног, прыгают до стойки, берут мяч в руки и обратно с мячом в руках бегут к команде и передают эстафету следующему участнику. Побеждает команда, первой выполнившая задание.*

***5 конкурс «Бег в мешках»***

*По команде 1 участник залезает в мешок, прыгает до стойки, вылезает из мешка, берет его в руки и обратно бежит к своей команде, передает мешок следующему игроку и т.д. Побеждает команда, первая выполнившая упражнение.*

***Викторина на тему Спорт.***

1.Начало пути к финишу. (Старт)

2. Чего не надо, если есть сила? (Ума)

3. Инструмент спортивного судьи. (Свисток)

4. Боксерский корт. (Ринг)

5. Боксёрская трехминутка. (Раунд)

6. Спортивный снаряд для перетягивания. (Канат)

7. "Бородатый" спортивный снаряд. (Козёл)

8. Мяч вне игры. (Аут)

9. Передача мяча в игре. (Пас)

10. Игра с мячом-дыней (Регби)

11. Русский народный бейсбол. (Лапта)

12. Бейсбольная ударница. (Бита)

13. Танцор на льду. (Фигурист)

14. Спортсмен, который ходит сидя. (Шахматист)

15. Её просят лыжники. (Лыжню)

16. Предки кроссовок. (Кеды)

17. Летающий участник бадминтона. (Воланчик)

18. Чем покрывали гладиаторскую арену в Древнем Риме? (Песком)

19. Ее должен взять прыгун. (Высоту)

20. Как часто проводятся Олимпийские игры? (один раз в четыре года)

21. В какой игре пользуются самым легким мячом? ( настольном теннисе)

22. В какой игре используются мяч наибольшей величины (баскетбол)

23. Назвать 5 спортивных терминов, начинающихся с буквы «С» (стадион, сетка,

секундомер, спартакиада, спринт)

24. Что означает переплетение разноцветных колец в эмблеме олимпийских

игр? (символ дружбы пяти континентов)

25. Кто был основателем современных олимпийских игр? (французский педагог

Пьер де Кубертэн)

26. Какая длина беговой дорожки на спортивном стадионе? (400м)

27. Кто не имел права принимать участие в Олимпийских играх? (Женщины, дети,

негры)

28. От какого слова образовалось слово стадион? (От слова «стадя» мера

длины)

29. Вспомните девиз олимпийских игр. («Быстрее, выше, сильнее» )

30. Чем награждали победителей Игр в Древней Греции? (Венком из листьев

лавра.)

 ***6 конкурс «Кузнечики»***

*По сигналу поочередно, поддерживая скакалкой одну ногу, доскакать на другой ноге до стойки и обратно. Побеждает команда, первая выполнившая задание.*

***КРОССВОРД “ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА”***



ЗАГАДКИ К КРОССВОРДУ “ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА”

1. Что же это за игра?
Побежала детвора?
Мяч гоняют кто быстрей,
Забивают, кто ловчей. (Футбол)
2. Если выиграл ты матч
И забросил в сетку мяч,
Если выше всех прыжок,
Что получишь ты, дружок? (Приз)
3. Утром мы по распорядку
Всегда делаем … (Зарядку)
4. Когда весна берёт своё
И ручейки бегут звеня,
Я прыгаю через неё,
А она через меня. (Скакалка)
5. За полем, он следит всегда,
Чтоб была честная игра. (Судья)
6. Этот конь не ест овса,
Вместо ног – два колеса.
Сядь верхом и мчись на нём,
Только крепче правь рулём. (Велосипед)
7. Есть, ребята у меня
Два серебряных коня.
Езжу сразу на обоих,
Что за кони у меня? (Коньки)
8. Не по правилам играет
Даже пусть один игрок,
Чтоб его судья поправил,
Нужно посвистеть в … (Свисток)
9. Дождик тёплый и густой,
Этот дождик не простой.
Он без туч, без облаков
Целый день идти готов. (Душ)
10. Крепко натянута сетка,
Рядом стоит вратарь.
Что же это за место,
Куда направлен удар? (Ворота)
11. Мышка бегает по льду
Попаду, не попаду? (Шайба)

***7 конкурс «Волшебные мячи»***

*По сигналу первая пара, взявшись за руки и держа мяч лбами, передвигается приставными шагами до стойки и назад, отдают мяч другой паре. Побеждает команда, первая выполнившая задание.*

 **Ведущий.**  Эстафета, эстафета!

 Пронесемся, как ракета.

 Есть в ней правило одно –

 Один за всех и все за одного!

***8 конкурс (эстафета) «Поезд»***

*Капитан – паровоз, игроки – вагоны. По команде «Марш» паровоз бежит вокруг поворотной стойки, подбегает к команде, «цепляет» один «вагон» (зацепление обязательно правой рукой за левую) и так бегут вдвоем вокруг стойки и обратно, «цепляют» третий вагон и т.д.*

*Если в пути произошла «авария», упали «вагоны», расцепился «состав», - команда останавливается, устраняет аварию и только потом продолжает эстафету. Побеждает «паровоз», первый пришедший к финишу.*

 **Ведущий.** Со спортом дружите, в походы ходите,

 И скука вам будет тогда нипочем.

 Мы праздник кончаем и вам пожелаем

 Здоровья, успехов и счастья во всем.

 **Ведущий.** Вам спасибо за вниманье

 За задор, за звонкий смех,

 За огонь соревнованья,

 Обеспечивший успех.