**Спортивный праздник «Веселыми тропинками лета»**

**Цель:** пропагандировать здоровый образ жизни; создавать условия для оздоровления детей, развития физкультурных навыков.

**Задачи**:

- обеспечить двигательную активность детей;

- в процессе веселого соревнования дать ребенку проявить себя;

- создать ситуацию сопереживания за успехи товарища, команды;

- развить ловкость, смекалку, быстроту реакции.

**Оборудование:**

1. Костюм спортсмена-клоуна.

2. 14 воздушных шаров (по количеству конкурсов, вручаются за победу в конкурсе).

3. 2 большие ложки.

4. 4 больших коробки.

5.10 воздушных шаров для использования в конкурсах.

6. 4 воздушных шара, раскрашенных под матрешек.

7. 2 платка или косынки.

8. 2 стула.

9. Веревка длиной 1,5 м.

10. 2 теннисных ракетки. 11.2 куба.

12. 2 волейбольных мяча.

13. 3 маленьких мячика.

14. 4 резиновых коврика.

15. 2 ведра.

16. 2 швабры.

17. Мелки.

18. Медали, подарки.

**Ход праздника**

В соревнованиях участвуют две команды. Количество участников в командах не ограничено, но единственное условие - количество участников в каждой команде должно быть равным.

(Звучит веселая спортивная музыка. На спортивной площадке в костюме спортсмена-клоуна появляется ведущий)

**Ведущий.**

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!

Ребята! Давайте познакомимся!

(Подходит то к одному, то к другому ребенку)

Если я так буду со всеми знакомиться, то у нас уйдет много времени. Давайте знакомиться по-другому. Как только я скажу: «Раз, два, три - свое имя назови», вы громко скажете, как вас зовут. Внимание! Раз, два, три! Свое имя назови!

(Дети громко называют свои имена)

Теперь мы знакомы и можем отправляться в путешествие по веселым тропинкам [лета](http://letu.ru/). Попутчики мне нужны честные и смелые, ловкие и умелые, умеющие постоять за себя и друга в беде не оставить. Приглашаю таких ребят на старт!

(Команды выстраиваются на исходных позициях. Сдают рапорт)

За победу в каждом конкурсе Спортик награждает команду - победительницу воздушным шаром, т. е. засчитывает одно очко.

**1-й конкурс «В качестве разминки».**

Необходимо донести надувной шарик, держа его на большой ложке, до определенной отметки. На обратном пути сменить руку.

**2-й конкурс «Веселые носильщики».**

На противоположных концах площадки расположены большие коробки. У линии старта в таких же коробках находится по пять надутых воздушных шаров. Первые номера должны любым способом перенести сразу пять шаров из одной коробки в другую, возвратиться обратно и передать эстафету. Вторые номера бегут к коробке, находящейся в конце площадки, и также переносят пять шаров одновременно в коробку, которая находится в начале площадки, передают эстафету и т. д.

**3-й конкурс «Повяжу я шелковый платочек».**

На двух стойках натянута веревка. К ней подвешено несколько воздушных шаров, на каждом из которых нарисована матрешка.

У первого участника команды в руках платочек. Необходимо добежать до стоек и повязать платочек на один из шаров. Второй участник должен этот платочек снять и т. д.

**4-й конкурс «Ядро барона Мюнхаузена».**

В роли ядра - воздушный шарик. Необходимо оседлать ядро, зажав его между ногами, и проделать путь до отметки и обратно. Если шарик-ядро лопнет, то команде - штрафное очко.

**5-й конкурс «Лиса Алиса и кот Базилио».**

Это парная эстафета. Один участник команды изображает лису, сгибая в колене одну ногу. Коту завязывают глаза. Лиса кладет руку на плечо коту, и таким образом они преодолевают расстояние.

**6-й конкурс «Неуловимый шнур».**

На расстоянии 5-6 метров стоят два стула спинками друг к другу. На полу между ножек стульев растянута веревка, концы которой находятся под стульями. На стульях сидят по одному игроку каждой команды. По команде ведущего они бегут, огибая стул соперника, возвращаются к своему стулу, садятся и, схватив конец шнура, тянут его к себе. Команде, игрок которой сделает это раньше, начисляется заветное очко. Если же игроки схватят шнур одновременно - ничья. Игру продолжает другая пара игроков.

**7-й конкурс «Поиграем в теннис».**

В руках у участника теннисная ракетка. Ему необходимо добежать до отметки и обратно, «подкидывая» ракеткой надувной шарик.

**8-й конкурс «Сиамские близнецы».**

Сиамскими называются близнецы, сросшиеся между собой. Такими близнецами в команде будет каждая пара. «Срастись» им придется спинами. Для этого нужно встать друг к другу спиной и крепко сцепиться руками. Бежать в таком положении можно только боком. Поэтому первая пара боком встает на линию старта, боком бежит и так же возвращается, передавая эстафету следующим «сросшимся близнецам». Спины игроков на протяжении всего бега должны быть плотно прижаты друг к другу.

**9-й конкурс «Попади в мяч».**

На площадке обозначается линия метания. В 4-5 м от нее на кубе лежит большой мяч. Игроки одной команды, а потом другой поочередно бросают малый мяч, стараясь сбить большой. Каждому участнику команды предоставляется по три попытки. За каждое попадание дается очко. Выигрывает команда, набравшая больше очков.

**10-й конкурс «Перекати мяч».**

Каждая команда становится в колонну по одному (между колоннами расстояние не менее 2 м), ноги на ширине плеч. У направляющих волейбольные мячи.

По сигналу направляющий передает мяч над головой следующему игроку, тот следующему и т. д. Последний игрок, получив мяч, катит его вперед между ногами играющих, а сам бежит с правой стороны колонны, становится первым,[берет](http://military.ru/) мяч и снова передает назад над головой следующему игроку.

Эстафета продолжается по тех пор, пока игрок № 1 снова не займет место направляющего.

Если мяч выкатится из «коридора», его необходимо положить обратно и продолжить игру.

**11-й конкурс «Перейди болото».**

Каждой команде выдается по два резиновых коврика (можно в виде больших ступней ног). Каждому участнику команды необходимо преодолеть расстояние до отметки и обратно, переступая с одного коврика на другой.

**12-й конкурс «Челнок».**

Игроки двух команд по очереди прыгают в длину с места. Игрок первой команды прыгает от начальной линии, место приземления отмечается. Игрок другой команды прыгает с этой отметки в другую сторону от линии и т. д. Результат определяется по прыжкам последнего игрока. Если он приземлился за линией старта, его команда выигрывает, если перед ней - проигрывает.

**13-й конкурс «Баба Яга».**

Непременными атрибутами бабы Яги были ступа и метла. В эстафете в качестве ступы можно использовать простое ведро, а в качестве метлы - швабру. Участник встает одной ногой в ведро, другая остается на земле. Одной рукой он держит ведро за ручку, а в другой руке он держит швабру. И в таком положении проходит дистанцию и передает «ступу» и «метлу» следующему участнику.

**14-й конкурс «Веселый поезд».**

Первый участник выполняет роль «локомотива», а все остальные - «вагоны». Он один добегает до отметки, возвращается назад,

к нему прицепляется «вагон»- второй участник команды, крепко обхватывая его руками за пояс. Путь до отметки они проделывают вдвоем. Затем к ним прицепляется еще один «вагон», они уже бегут втроем и т. д.

**Подведение итогов праздника.**

Спортик подводит итог соревнования, награждает победителей и участников соревнования памятными медалями и подарками. Затем Спортик прощается с детьми до следующих спортивных путешествий «Веселыми тропинками [лета](http://letu.ru/)».

Под звуки спортивного марша и аплодисменты болельщиков команды совершают круг почета.

**Спортивный калейдоскоп**

***Электричка***. У финишных флажков для каждой команды лежат по 10 городков-«вагонов». Первый участник, взяв городок, ставит его у линии дополнительных флажков «на попа». Остальные участники кладут свои «вагоны» вплотную, как бы составляя «электричку». Команда, первой выполнившая задание получает 10 баллов, второй — 9, третьей — 8 и т. д. Совершенная и неисправленная ошибка наказывается штрафом — минус 0,5 балла.

***Летка-енька***. Команды выстраиваются у своих стартовых флажков в колонну по одному и кладут руки на пояс впереди стоящего. В таком положении они танцуют под музыку, продвигаясь к финишу. Если команда доберется до него «разорванной», ей назначаются штрафные очки (в зависимости от количества разрывов).

***Мяч — в центр***. Каждая команда образует круг. По сигналу судьи капитаны, стоящие в центре, по очереди бросают мячи каждому игроку своих команд и тут же получают его обратно. Последний бросок капитану — финал. За пропуск игрока, за падение мяча на пол начисляются штрафные баллы

**Спортивная музыкальная:** вспомнить и дружно спеть песни с упоминанием любых видов спорта или о спорте

***Спортивная танцевальная***

1. "Танцуем как" (5 мин):
	1. на крайнем севере
	2. в космосе
	3. в Африке
	4. в набитом автобусе
	5. на канате
	6. на уроке
	7. под водой
	8. на гвоздях
	9. в ресторане на столе
2. "Танцуем с…" (5 мин)
	1. букетом роз
	2. автоматом в руках
	3. зубной щеткой во рту
	4. лыжами на ногах
	5. рюкзаком на спине
	6. собакой на поводке
	7. двумя пакетами яиц в руках
3. "Танцуем, как будто мы…" (5 мин)
	1. строители
	2. зубные врачи
	3. водолазы
	4. гаишники
	5. футболисты
	6. стриптизерши
	7. шпионы
	8. музыканты
	9. больные сильным насморком
	10. балерины
	11. обезьяны
4. "Самая … команда" Танцуем, как будто наша команда самая:
	1. сильная
	2. быстрая
	3. медленная
	4. высокая
	5. низкая
	6. узкая
	7. широкая
	8. длинная

***Спортивная угадайка:***

• не глядя вытягивая карточки с изображением различной спортивной обуви, назвать вид спорта, в котором она используется;

• определить виды спорта, изображенные картинками-пиктограммами;

• за 1-1,5 минуты найти десять отличий двух картинок на спортивный сюжет;

• по рисункам, изображающим элементы судейства в различных игровых ситуациях, определить вид спорта и значение жеста арбитра.

**Ведущий 1**. Назовите виды спорта, которые [проводятся](http://220-volt.ru/) на воде.

**Ребята.**

1. Плавание (все виды).

2. Водное поло.

3. Прыжки в воду.

4. Гребля (все виды).

5. Парусный спорт (все виды).

6. Водомоторный спорт (гонки на скутерах).

7. Водные лыжи.

**Ведущий 2**. Назовите виды спорта, в которых используются лыжи.

1. Лыжные гонки.

2. Биатлон.

3. Прыжки с трамплина.

4. Фристайл.

5. Могул.

6. Водные лыжи.

7. Роликовые лыжи.

8. Горные лыжи.

**Ведущий 1.** Назовите спортивные игры, в которых в мяч играют руками.

1. Волейбол.

2. Баскетбол.

3. Гандбол.

4. Теннис-корт.

5. Настольный теннис.

6. Водное поло.

7. Бейсбол.

8. Лапта.

9. Стритбол.

10. Регби.

11. Американский футбол

**Вопросы**

1. Какая страна является родиной шашек? (Древний Египет.)

2. Какие соревнования никогда не состоятся, если не будет ветра? (Парусная регата.)

3. Как называется игра с деревянными кеглями? (Боулинг.)

4. Самый скоростной вид плавания? (Кроль.)

5. Как называется в водно-моторном спорте судно с подвесным мотором? (Скутер.)

6. Родина самбо? (Россия.)

7. Какой вид спорта древние греки считали наиболее ценным для поддержания здоровья? (Плавание.)

8. Страна, где впервые [проводились](http://220-volt.ru/) соревнования по автомобильному спорту? (Франция.)

9. Как называют судей в боксе? (Рефери.)

10. Родина бадминтона? (Япония.)

11. Что обозначает олимпийская эмблема? (Пять колец символизируют единение спортсменов всех континентов: Европа — голубое кольцо, Африка — черное, Америка — красное, Азия — желтое, Австралия — зеленое.)

12. Назовите девиз олимпийцев. («Быстрее, выше, сильнее!»)

13. Марафонский бег — это дистанция, а на сколько километров? (42 км 192 м.)

14. Стиль плавания, изобретенный лягушкой. (Брасс.)

**Затейливые выдумщики.** Сделать развернутую подпись к фотографии, рисунку, плакату на спортивную тему; сочинить спортивную частушку; за 3 минуты представить скульптурное изображение спортсмена (фигуриста, штангиста, баскетболиста и т. д.); на предложенную мелодию поставить пантомиму «Произвольный танец фигуристов».

За задание, выполненное в намеченное для этого время, команде начисляется 5 баллов. На тех, кто не уложился в отведенные минуты, накладывается штраф, за досрочный ответ и оригинальность добавляются поощрительные баллы.

*1. Эстафета с скакалкой – допрыгать до контрольного пункта и вернуться обратно, побеждает команда участники которой быстрее всех преодолеют дистанцию.
2. Эстафета с скакалкой – взять скакалку в одну руку и перепрыгивая через скакалку добежать до контрольного пункта, побеждает команда участники которой быстрее всех преодолеют дистанцию.
3. Эстафета с мячом – довести мяч до контрольного пункта и вернуться, побеждает команда, участники которой быстрее всех преодолеют дистанцию.
4. Эстафета с тремя мячами (чебурашка) – 1 мяч зажат коленями, остальные два в руках – нужно добежать до контрольного пункта и вернуться с 3 мячами в руках.
5. Эстафета с мячом – довести ногами вокруг кеглей мяч до контрольного пункта и вернуться с мячом бегом, побеждает команда, участники которой быстрее всех преодолеют дистанцию.
6. Эстафета с мячом в парах – зажать мяч между головами и добежать до контрольной точки, вернуться с мячом, зажатым между головами.
7. Эстафета с обручем – перепрыгивая через обруч добраться до контрольного пункта, вернуться бегом, с обручем в руках, побеждает команда участники которой быстрее всех преодолеют дистанцию.
8. Эстафета с обручем и мячом – один участник команды (капитан) становится на контрольной линии с обручем, члены команды по очереди ведут мяч до контрольного пункта и оттуда бросают, стараясь попасть в обруч (баскетбол) – обручем можно ловить мячи, побеждает команда забросившая больше всех мячей.
9. Эстафета с обручем и кеглями – катить обруч вокруг кеглей, стараясь не сбивать, до контрольного пункта, вернуться обратно бегом с обручем в руке.
10. Эстафета с кеглями (собрать все кегли) - на контрольном пункте находятся кегли ( можно наклеить рисунки вещей необходимых при поиске клада и вещей бесполезных – выбери необходимое (на скорость и сообразительность, “неправильные” кегли можно и отбрасывать, чтобы другие участники затрачивали меньше времени на выбор)) участники добегают, берут 1 кеглю и возвращаются, побеждает команда собравшая все кегли.*

*11.* Водопад
    Для того чтобы провести этот конкурс, нужно иметь несколько пластиковых стаканчиков. В начале конкурса все участники стоят в кругу (каждая команда в своем) и во рту держат по пластиковому стаканчику. Стаканчик одного из играющих наполняется водой. Задача участника, у которого стаканчик с водой, – перелить воду из своего стаканчика в стаканчик следующему участнику, не прибегая к помощи рук. Конкурс [проводится](http://220-volt.ru/) некоторое время под [музыку](http://dramateshka.ru/index.php/music), побеждает та команда, в стаканчике которой останется больше воды.

*12.* Газетные ленты
    Требуется газета (по листу на игрока). Каждому дается газетный лист. Задача – разорвать ее так, чтобы получилась длинная лента. Засеките время – у кого будет самая длинная лента (целая), допустим, за 4 минуты.

13. Мелиораторы
    «Болото» – это тарелка с водой. Цель участников игры – осушить «болото». Каждый член команды подбегает к тарелке (до определенной черты) и дует на «болото» (только один раз!), стараясь как можно больше выплеснуть воды на землю – «осушить» его. Как только какая- либо команда закончит первой – ей отдают ключ.
    14. Ров с водой
    Для каждой команды заготавливают по одной стеклянной банке, на дно которой кладут кусок поролона, а на него кладут ключ. На определенном расстоянии от своей банки для каждой команды ставят по 10 пластиковых стаканчиков с водой. По одному игроку по очереди подбегают со стаканчиком в руках к своей банке и аккуратно выливают воду на дно банки, стараясь не свалить ключ в воду. Как только все стаканчики с водой перелиты в банку, следующий игрок аккуратно пытается снять ключ с поролона.

**15. Шахматы**

Играют две команды по 5—10 человек. Посередине игровой площадки ставится раскрытая шахматная доска. Команды выстраиваются в колонны друг за другом на противоположных сторонах. Возле одной группы лежат черные шахматные фигуры, возле другой — белые. По сигналу ведущего первые номера обеих команд берут по одной фигурке и бегут к шахматной доске, ставят фигурку на положенное ей место, возвращаются обратно, дотрагиваются рукой до следующего игрока, который [берет](http://military.ru/) фигурку, бежит к доске, и т. д.

**16. Бег с яйцом в ложке**

Ведущий дает каждому из игроков ложку, в которой лежит яйцо, картошка или теннисный мяч. По сигналу ведущего участники бегут, держа ложки перед собой и стараясь не уронить находящиеся в них предметы. Побеждает тот, кто первым достигнет финиша.

Соревноваться могут и две команды. Тогда первые игроки обеих команд, добежав до финиша, делают поворот и бегут к старту — передают ложку вторым номерам, и т. д. Выигрывает команда, игроки которой первые закончат перебежку

**17. Рыбы, птицы, звери**

Играющие становятся по кругу. В центре — ведущий с мячом в руках. Ведущий бросает мяч одному из участников и говорит: «Зверь». Поймавший мяч должен быстро назвать кого-нибудь из животного мира и бросить мяч обратно ведущему. Если ведущий, бросив мяч, скажет «рыба» или «птица», поймавший называет рыбу или птииу. Тот, кто не ответит ведущему или замешкается с ответом, выбывает из игры.