**Цель:** Приобщение школьников к занятиям физической культурой и спортом.

**Задачи:**

* Воспитание любви к физической культуре и спорту, чувства дружбы.
* Пропаганда здорового образа жизни.
* развивать двигательные качества

**Оборудование и инвентарь:** воздушные шары, ракетка, кегли, мяч, обручи, плащ, зонт, шарф, калоши, скамейка, табуретки.

На стене спртзала плакаты с лозунгами: «Хочешь быть сильным – бегай!”, “Хочешь быть красивым – бегай!”, “Хочешь быть умным – бегай!”, “Спорт – это здоровье”, “Спорт – это успех”, “Спорт – это дружба”, “Спорт – сильнее всех”, “Нет большей победы, чем победа над собой”.

**Ход игры.**

 **Заранее выбираются участники команд. Выбираем две команды по 5 человек. Из слова физкультура составить слова, буква используется один раз. У кого больше слов тот и участник игры.(*например: тир, культура, лук, рак, лак, фильтр…)***

**Ведущий 1.**

Сегодня мы отправляемся в страну Спортландию. Что же это за страна? Хотите узнать?

**Ведущий 2.**

Кто ловок, крепок, строен,

В Спортландию спешат.

Всегда в ней ждут и взрослых,

И маленьких ребят.

**Ведущий 1.**

Привет, страна Спортландия,

Мир спорта, игр, детей!

**Ведущий 2.**

К тебе, страна Спортландия,

Ведем своих друзей.

**Ведущий 1.**

Нас ждут приключения дивные,
Эстафеты и игры спортивные.
А закончим мы славный поход,
Когда каждый свой город найдет

**Ведущий 2.**

В этот день и в этот час
Две команды есть у нас

Нам, команды, удружите,
Боевой девиз скажите!

**Эстафета не простая, она поможет нам пройти в страну Спортландию.**

: **Ведущий 1.**Прежде нам проверить надо,
Как ловки у нас ребята,
Как дружны и как сплоченны,
Сильно ль спортом увлечены.
Мост, друзья, соорудите,
Только, чур, не упадите,
И под крепким тем мостом
Нужно проползти потом.

**1 эстафета.**
 Прололзание друг под другом (как под мостом), Команда образует мост..
 Последний ползет в начало моста и встает к мосте, т.е. уже первый. Итак переползают до ориентира. Кто быстрее.

**Ведущий 2.**Из-за леса, из-за гор,
Вырос сказочный забор.
Ты в заборе том сумей-ка
Быстро отыскать лазейку.
И лазейки те пройди,
Взявшись за руки в пути.
Только очень верный друг
Вас не выпустит из рук.

**2 эстафета.**
«Преодолей забор».
Змейкой, взявшись за руки, команда преодолевает забор из табуреток.

**Ведущий 1.**Затянули небо тучи,
Мы разгоним тучи лучше
И уедем прочь туда,
Где с небес не льёт вода.
**3 эстафета.**
Разгоняем тучи (надувной шарик гоним ракеткойи быстро перемещаемся)

 Издевается природа:
Что ни день, то непогода.
Одевайся, а потом
Путь продолжим под зонтом.

**4 эстафета.** «Непогода» Зонты, плащи, шарф, калоши. Одеваем снаряжение, бежим до стойки и обратно, раздеваемся и передаем эстафету следующему (зонты в раскрытом виде).

**Ведущий 1.**Что ж, футбол - игра  для  смелых,
Ловких,  сильных  и  умелых.
Капитаны, ваш  черед!
Испытание  вас  ждет!

 **5 эстафета.**
«Капитаны…..капитаны»
Пинают мячик по кеглям с номерами, делают три попытки .Кто больше собьет очков.

**Ведущий 2** Вот  еще  одна  забота -
На  пути  у  нас -  болото.
Чтоб  в  болоте  не  увязнуть,
Да  в  трясине не  погрязнуть,
Мы  по  кочкам  как-нибудь
Трудный  свой  продолжим путь.
Да  смотри,  не  соскочи,
Ног своих не  замочи!

**6 эстафета.**
Преодолеть болото по кочкам ( Нарисованы круги на полу)

. Вижу, кое-кто отстал,
Очень, видимо, устал,
Видно кто-то по дороге
Сбил в мозоли руки-ноги.
Но вперед стремиться надо,
Мы поможем им, ребята!
Через реки, через чащи
Тех, кто болен перетащим

**7 эстафета.**
Перевозка пострадавшего (на мешке, обходя расставленные кегли).

Посмотрите,  люди-други,
Ураган гулял в округе.
Веток,сучьев наломало,
Да и бревен тут немало.
Коль собраться мы сумеем,
Бурелом преодолеем.
Напролом пойдем, ребята,
Добиваться цели надо!**.**

**8 эстафета.** «Бурелом» (комбинированная эстафета):

 по бревну в упоре лёжа подтягивание на руках

пролезть в мешке, как сквозь кусты; сквозь обруч.

**9 эстафета** . Вот мы и дошли до городов страны Спортландии. Каждой команде нужно собрать из букв название своего города. *(Физкультура и Закаливание).*

**Ведущий 1.**

Много вы прошли дорог,
Время подвести итог.
Раз жюри у нас готово,
Им предоставляем слово.

**Ведущий 2** В мире нет рецепта лучше:

Будь со спортом неразлучен.

Проживешь ты до ста лет!

Вот тебе и весь секрет!

Праздник нам кончать пора —

Крикнем празднику: «Ура!»