

ББК 75.119

С 92

СЦЕНАРИИ массовых физкультурно-спортивных мероприятий к внутрибюджетной программе ГУ ИАЦРФКиС ЛО. – Часть II. – Развитие физкультурно-спортивного движения в летних оздоровительных лагерях Липецкой области. / Под общей редакцией к.п.н., доцента, член-корр. МАНПО, директора ГУ ИАЦРФКиС ЛО Е.А.Польнской.– Липецк: ГУ ИАЦРФКиС ЛО.– 2008.– 44 с., 2-е переиздание.

Руководитель проекта: начальник Управления ФКСиТ Липецкой области, к.п.н., *В.В.Дементьев*.

Составители: руководитель подразделения постмониторинговых технологий ГУ ИАЦРФКиС ЛО, отличник физической культуры и спорта РФ, почетный работник общего образования РФ *О.В.Жарова*, руководитель подразделения информационно-технологического сопровождения ГУ ИАЦРФКиС ЛО *Р.А.Польнский*.

Рецензент: зав.кафедрой спортдисциплин ФФК ЕГУ им.И.А.Бунина, к.п.н., доцент *В.В.Семянникова*.

Технические редакторы: зам. директора ГУ ИАЦРФКиС ЛО С.П.Герасимова; *А.В. Ситникова*, редактор ГУ ИАЦРФКиС ЛО.

СОДЕРЖАНИЕ

	ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ «ПУТЕШЕСТВУЙ С НАМИ И ГЕРОЯМИ СКАЗОК»	
	Положение	4
	Сценарий	5
	Приложение	9
	ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОСТЯЗАНИЕ «ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ В ДЖУНГЛЯХ»	
	Положение	10
	Сценарий	11
	Приложение	16
	ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЕ СОСТЯЗАНИЕ «ПРЕОДОЛЕЙ СЕБЯ И СТАНЬ СИЛЬНЕЕ»	
	Положение	17
	Сценарий	18
	Приложение	24
	ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ СОСТЯЗАНИЕ «КАК СТАТЬ СПОРТИВНЫМ?!»	
	Положение	26
	Сценарий	27
	Приложение	33
	ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЫЙ ТУРИСТИЧЕСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ «ВПЕРЕД, НА ПОИСКИ БУРАТИНО»	
	Положение	34
	Сценарий	35
	Приложение	43

ПОЛОЖЕНИЕ

О ПРОВЕДЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ФЕСТИВАЛЯ

«ПУТЕШЕСТВУЙ С НАМИ И ГЕРОЯМИ СКАЗОК»

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.

- Приобщение детей и подростков к регулярным занятиям физической культуры и спортом;
- Укрепление здоровья детей и подростков посредством формирования устойчивой потребности в здоровом образе жизни.

Цели достигаются решением следующих основных задач:

- укрепление здоровья детей, привитие навыков ведения здорового образа жизни;
- создание условий для объективной самооценки уровня своей физической подготовленности и самосовершенствования;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладение новыми с повышенной координационной сложностью;
- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнований.

II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ.

Праздник проводится в спортивном зале или спортивной площадке.

III. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.

В празднике принимают участие команды, состоящие из 12 мальчиков(8-15) лет, 6 девочек(8-15 лет). Предложены эстафеты мужские, женские, а также смешанные.

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ.

Организация участников производится в зависимости от условий помещения и размера площадки, а также количества участвующих детей и подростков в празднике. См.: Сценарий физкультурно-оздоровительного фестиваля «Путешествуй с нами и героями сказок».

V. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ.

Определяются победители первых трех мест, остальные номинации лауреатов. Все команды получают грамоты и призы.

VI. ИНВЕНТАРЬ И ОБОРУДОВАНИЕ.

Пластмассовые ведра, деревянные жерди, метлы, скакалки, барьеры (полуобручи), гимнастические скамейки, мячи волейбольные, магнитофон, микрофон, секундомеры.

СЦЕНАРИЙ

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ФЕСТИВАЛЯ

«ПУТЕШЕСТВУЙ С НАМИ И ГЕРОЯМИ СКАЗОК»

Звучат колокола. Под русские народные наигрыши команды входят в спортивный зал и становятся в колонны по одному напротив своих скамеек, впереди капитан- воевода.

Ведущий (князь).

"Это ты, моя Русь державная,
Моя Родина Православная!
Широко ты, Русь, по лицу земли
В красе царственной развернулася!"

(Идет представление команд. Первой начинает команда "Илья Муромец", второй "Дубинушка" и т.д. В конкурсе оцениваются костюмы сказочных персонажей, эмблема и представление герба города или области.

Оценка по пятибалльной системе.)

Князь:

А теперь, воеводушки, пришла пора решать, кому зачинать, а кому заканчивать игрища.

(Капитаны команд подходят к князю для проведения жеребьевки).

Князь:

Чья рука сверху окажется, тот и будет первым.

(Ставит посох на пол, а капитаны команд по очереди обхватывают посох правой рукой снизу вверх. Первые три команды строятся в колонны по одному на линии старта)

Князь:

Проведем мы с вами первую эстафету, которая называется "Конек-Горбунок" Из названия ясно, что каждому участнику эстафеты предстоит изобразить Конька-Горбунка, который прекрасно описан в сказке П. Ершова.

Описание эстафеты: Для проведения конкурса потребуется волейбольный мяч или воздушный шарик. Участник сгибается в поясище и кладет мяч себе на спину. Чтобы мяч не упал во время движения, его необходимо придерживать руками, оставаясь при этом в полусогнутом положении. Но это не все. Как известно, Конек-Горбунок мог прыгать очень высоко, преодолевая любые препятствия, В эстафете конькам-горбункам также придется скакать и прыгать через препятствия, например, через поставленные на линии эстафеты полуобручи. Победят те коньки-горбунок, которые окажутся более ловкими и стремительными.

Князь:

Скоморохи мои, покажите ребятушкам их первое испытание. *(Скоморохи показывают прохождение первой эстафеты. Она начинается по сигналу. Учитывается время ее прохождения всей командой).*

Князь:

Посмотрели мы на ловкость вашу, а теперь силушку проверим молодецкую. Следующий конкурс — "Лягушка-путешественница". Помните, каким образом путешествовала в этой сказке лягушка? Она заставила уток взять в клювы палку, а сама, уцепившись за нее ртом, взлетела вместе со стаей.



Описание эстафеты: В эстафете — два мальчика берут гимнастическую палку и кладут ее на плечи, а девочка берет ее за палку руками, ноги отрывает от земли и оказывается, таким образом, "лягушкой-путешественницей".

Затем по сигналу все трое начинают движение вперед. Девочке, которая висит на палке, нельзя касаться земли. Когда утки с лягушкой добегут до финиша, в игру вступают следующие участники. И так до тех пор, пока все девочки не побывают в роли лягушки-путешественницы.

Князь:

Скоморохи, покажите удаль, силу свою. *(Скоморохи показывают эстафету. По сигналу начинается второй конкурс. Учитывается время прохождения всей командой).*

Князь:

Пришло время отдыха. Позабавят нас теперь красны девицы" *(Выступает один отряд с показательными выступлениями хороводом "Русское гостеприимство").*

Князь:

Расскажу теперь я вам сказ про то, как один русский мужик вступил в соревнования с чертями и победил их. В награду получил крупный денежный приз. Выиграл он соревнования не силой, а хитростью, но никто не может оспорить его победу, потому что он "работал за семерых, а ел за четверых". Во время одного из состязаний, которые придумывал старый черт, надо было унести лошадь. Но мужик вскочил на коня и крикнул бесенку: "А я, смотри, унесу коня промеж ног!" Ну-ка, ребята! Какая это сказка? Кто ее написал? О ком в ней идет речь?

(Ответ: А.С. Пушкин "Сказка о попе и о работнике его Балде")

Вот и мы в нашей эстафете попробуем показать этот эпизод сказки. Скоморохи! Превратитесь в коней и всадников!

(Скоморохи демонстрируют условия задания. В конкурсе участвуют только мальчики)



Описание эстафеты: "Для проведения конкурса надо разделить на тройки. Двое из участников будут изображать лошадей, а третий, естественно, — Балду. Лошадь делается просто. Первый участник сгибается в поясище, второй, пригибаясь, берет первого за талию. Вот и все. Осталось Балде оседлать лошадь, и можно трогаться в путь. После того, как Балда и лошадь достигнут финиша, эстафету принимает следующая тройка. Ну а какой именно Балда, подобно пушкинскому, принесет победу команде, покажут итоги соревнования".

Князь:

Посмотрели мы на удаль молодецкую, пришел черед красным девицам свою сноровку показать. Есть сказочный герой, который в избушке на курьих ножках живет. Кто это? *(Ответ: Баба-Яга.)*

Описание эстафеты: Итак, конкурс "Баба-Яга". Участвуют в нем только девочки. Непременными атрибутами Бабы-Яги были ступа и метла. В эстафете вместо ступы можно использовать ведро (лучше пластмассовое), а в качестве метлы — саму метлу, швабру, веник. Участница вставляет одну ногу в ведро, а другую оставляет в башмачке. Одной рукой она держит ручку ведра, а другой — швабру. А теперь в таком положении необходимо пройти всю дистанцию и передать ступу и метлу следующей участнице.

Князь:

Дума боярская, подведи итоги прошедших испытаний.

(Жюри подводит итоги проведенных конкурсов)

Князь:

Воеводы! Выходи на поединок, на бой равный, справедливый!

Описание эстафеты: Для этого конкурса мы выбрали фольклорную игру калужан под названием "ХОЛСТЫ". Двое игроков встают друг против друга на чурки, берут в руки концы жгута (палки, веревки) и с возгласами: "Тяни холст, будет толст!" — тянут его каждый к себе, стараясь столкнуть соперника с чурки. Проигрывает участник, потерявший равновесие и коснувшийся ногой земли.

Князь:

Предлагаю дружинам новое испытание. Кому незнакомо сказочное существо, у которого три головы, четыре лапы и два крыла? Давайте тоже сделаем своего Змея-Горыныча. Это несложно.

Описание эстафеты: Трое участников встают рядом, кладут руки на пояс или на плечи друг другу, ноги участника, стоящего в середине, связываются с ногой партнера, стоящего сбоку. Получается как бы четыре ноги на всех. По сигналу "Змей-Горыныч" начинается движение, причем участники, стоящие по бокам, должны размахивать руками, изображая взмахи крыльев. Добежав (доскакав, долетев) до финиша, тройка передает эстафету следующим участникам, которым лучше заранее связать ноги.

(Скоморохи показывают прохождение эстафеты, которая начинается по сигналу. После эстафеты, отряд выступает с показательным выступлением.)

Князь:

Спасибо большое за выступление, а у нас осталось последнее испытание для наших дружинников. Итак, эстафета "Теремок". Пока я напоминаю вам сюжет сказки, скоморохи покажут прохождение этапов. Будьте внимательны. Для начала вспомним, кто жил в теремке:



Мышка-Норушка, Лягушка-Квакушка, Зайка-Попрыгайка, Лисичка-Сестричка да Комар-Пискун. Шестым пришел Медведь и разрушил теремок. Попробуем эту сказку сыграть в эстафете. В ней будут участвовать все.

Описание эстафеты: Роль теремка выполнит обруч. Эстафету начинает Мышка. Участник, играющий эту роль, по сигналу начинает движение к финишу, где лежит обруч-теремок. Добежав до него, Мышка входит в теремок, т.е. пролезает через обруч, и возвращается к старту за следующим участником — Лягушкой. Затем они вдвоем с линии старта бегут за третьим участником и т.д. При этом все держатся за руки. Когда пятеро игроков, не разжимая рук, пролезают через обруч и бегут за шестым, им оказывается Медведь. Но они все же берут его за руку и ведут за собой к теремку. Пять человек надевают обруч и удерживают его на уровне пояса. Медведь в это время хватается рукой за обруч и тянет его вместе со всеми участниками к старту. Те, кто находится внутри обруча, бегут, помогая Медведю. Кто сюжет этой сказки покажет быстрее, тот и победит.

Князь:

Дума боярская, объяви нам, кто у нас оказался самым быстрым, ловким, да и в сказках знаток"

(Жюри объявляет итоги соревнований, проходит награждение победителей)

Князь:

Поздравляю победителей наших соревнований и всех участников, благодарю болельщиков и членов жюри. Желаю всем высоких спортивных достижений, добра и любви к своей Родине".

Приложение

**ПРОТОКОЛ КОМАНДЫ
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ФЕСТИВАЛЯ
«ПУТЕШЕСТВУЙ С НАМИ И ГЕРОЯМИ СКАЗОК»**

Название команды	Конек-Горбунок	Лягушка-путешест.	Поп и Балда	Баба-Яга	Конкурс капитанов	Теремок

Судья при участнике _____

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ФЕСТИВАЛЯ
«ПУТЕШЕСТВУЙ С НАМИ И ГЕРОЯМИ СКАЗОК»**

КОМАНДА	1 конкурс	БАЛЛ	2 конкурс	БАЛЛ	3 конкурс	БАЛЛ	4 конкурс	БАЛЛ	5 конкурс	БАЛЛ	6 конкурс	БАЛЛ	СУММА	МЕСТО

Гл. судья _____

ПОЛОЖЕНИЕ
О ПРОВЕДЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
СОСТЯЗАНИЯ
«ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ В ДЖУНГЛЯХ»

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- Приобщение детей и подростков к регулярным занятиям физической культуры и спортом;
- Укрепление здоровья детей и подростков посредством формирования устойчивой потребности в здоровом образе жизни.

Цели достигаются решением следующих основных задач:

- укрепление здоровья детей, привитие навыков ведения здорового образа жизни;
- создание условий для объективной самооценки уровня своей физической подготовленности и самосовершенствования;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладение новыми с повышенной координационной сложностью;
- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнований.

II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Праздник проводится в спортивном зале или спортивной площадке.

III. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

В празднике принимают участие команды, состоящие из 12 мальчиков (8-15) лет, 6 девочек(8-15 лет). Предложены эстафеты мужские, женские, а также смешанные (на усмотрение проводящего).

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

Организация участников производится в зависимости от условий помещения и размера площадки, а также количества участвующих детей и подростков в празднике. См.: Сценарий физкультурно-спортивного состязания «Экстремальные испытания в джунглях».

V. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

Определяются победители первых трех мест, остальные номинации лауреатов. Все команды получают грамоты и призы.

VI. ИНВЕНТАРЬ И ОБОРУДОВАНИЕ

Гимнастические скамейки, подушки, мягкий модуль, ведро, стакан, столовая ложка, «яйцо» от киндер сюрприза, тазик, стойка 3м, печенье в форме рыбок, бананы, апельсины, манدارины, печенье вафли, секундомеры.



СЦЕНАРИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО СОСТЯЗАНИЯ «ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ В ДЖУНГЛЯХ»

**Спортивный праздник для детей, подростков
и их родителей.**

Дети делятся на разновозрастные команды и сами изготавливают костюмы зверей. Под соответствующую музыку начинается праздник.

Штурман: Что видишь, боцман?

Боцман: Вижу на причале толпу народа.

Все улыбаются.

Штурман: Это они нас пришли провожать!

Радист: А нашего капитана ты не заметил?

Боцман: Нет, не вижу! Постой, постой! Капитан идет сюда!

Свистать всех наверх!

(Судьи строем выходят на спортивную площадку и выстраиваются в шеренгу под песню «Все мы моряки», можно использовать любую музыку с морской тематикой)

Боцман: Товарищ капитан! Экипаж корабля «Смелый» готов к отплытию.

Капитан: Команда! Вольно! *(Дети садятся на стульчики)*. Скоро наш корабль отправится к одному далекому острову, в самые джунгли.

Команда: Куда?

Боцман: Тихо!

Штурман: Капитан, разрешите обратиться!

Капитан: Разрешаю.

Штурман: Покажите на глобусе, где находятся джунгли?

Капитан: Джунгли находятся в Африке. *(Показывает на глобусе).* Там много разных зверей, красивых птиц. Наш корабль получил секретное задание доставить в джунгли две группы хищных зверей. Это «Львы» и «Крокодилы».

Во всем мире люди оберегают природу, ее животный мир. Поэтому мы должны доставить наш живой груз в целости и сохранности. В пути мы должны: первое — как следует их кормить; второе — поддерживать им хорошее настроение, чтобы они не заболели от скуки; и третье — поддерживать их спортивную форму. А вот и они! Посмотрите, как важно и гордо следуют они за своими вожаками. Встретим их достойно!

(Все хлопают)

Под маршевую музыку команды: «Львы», «Крокодилы», «Жирафы», «Обезьяны», «Зебры», «Носороги» выходят для построения. Каждая команда представляет себя и свой девиз.

Капитан: Итак, знакомство экипажа с нашим ценным грузом состоялось. Матросы, слушай мою команду! Убрать канаты, поднять якорь! Наш корабль «Смелый» отправляется в дальний путь! Боцман, что вы видите впереди?

Боцман *(смотрит в бинокль):* Все спокойно, на море полный штиль.

Капитан: Штурман, полный вперед!

Штурман: Что слышишь, радист?

Радист: Слышу веселую танцевальную музыку.

Капитан: А ну-ка включите радио громче. Поднимите настроение нашим зверям.

(Ребята выполняют комплекс общеразвивающих упражнений)

Боцман: Капитан, разрешите доложить обстановку на корабле!

Капитан: Докладывайте!

Боцман: Обстановка, прямо скажу, тревожная: «Львы» рычат, в бой рвутся, а «Крокодилы» мускулы накачивают, пасть широко открывают, да и другие животные «неважно» себя чувствуют.

Капитан: Да, боцман, непорядок. Они, видимо, хотят показать друг другу, кто из них самый сильный. Ну, ничего, мы им предоставим такую возможность. Команды, занимайте свои места! (Команды выходят на старт.) Сейчас мы посмотрим, кто в джунглях самый сильный. Итак, джунгли...

Дети: Зовут! *(Громко кричат)*



Задание 1

Участники делятся на тройки (1 девочка и 2 мальчика). Мальчики сцепляют руки крестообразно, на их руки садится девочка и они ее переправляют до ориентира, находящегося впереди их. Назад возвращаются бегом, взявшись за руки. Эстафета передается за линией старта, прикосновением руки следующей тройки.

Капитан: Сладкую кость заслужила команда «.....»!

(Дает им кость). А мы продолжаем. Джунгли...

Дети: Зовут! *(Громко кричат)*

Задание 2

«**Бой подушками**». Двое детей-соперников, стоя на скамейке, стараются сбить друг друга подушками.

Описание: На скамейки приглашаются участники противоположных команд (вышедших по жеребьевке). За победу в каждом поединке присуждается 1 балл. Участвуют все члены команды.

Капитан: Сладкую кость заслужила команда «.....»!

(Дает им кость). Продолжаем. Джунгли...

Дети: Зовут! *(Громко кричат)*

Задание 3

По команде «Марш!» первый участник рукой берет ложку и поднося ко рту зажимает зубами ручку ложки. Затем из тазика с водой требуется ложкой выловить золотое яичко (яйцо от «киндер сюрприза»), быстро перенести его в другой тазик. Руки при этом расположены сзади. После этого ложку рукой передают следующему участнику и т.д., до последнего.

Боцман: Капитан, на море начинается шторм. Предлагаю зверям уйти в укрытие.

Капитан: Звери — в укрытие. Матросы, поддерживать хорошее настроение во время шторма.

(Под песню Татьяны Овсиенко «Капитан» исполняется показательные выступления отрядов)

Боцман: Капитан, шторм закончился.

Капитан: Продолжаем поддерживать хорошую спортивную форму у нашего ценного груза.

Команды — на старт! Джунгли...

Дети: Зовут! *(Громко кричат)*





Задание 4

На старте перед командами стоит ведро с водой. В руках первых номеров находятся стаканы. Впереди каждой команды построена полоса препятствия, а на противоположной стороне рядом с флажком стоит стул с пластиковой бутылкой. По команде «Марш!» первые наливают воду из ведра и бегом, преодолевая препятствия, добегают до бутылки, выливая воду в нее. Назад возвращаются бегом по прямой. В конце эстафеты учитывается порядок прихода и

распределяются места по наполненным бутылкам.

Капитан: Сладкую кость заслужила команда «...». Джунгли...

Дети: Зовут! (*Громко кричат*)

Задание 5

Перед командой располагаются различные предметы мягкого модуля. На противоположной стороне располагается 3-х метровая стойка, на которой подвешены на нитке печенья, в форме рыбок. По команде «Марш!» команды, в колонне выбегают вперед и становятся каждый на свой ориентир в шеренгу. Расстояние между участниками 2 метра. По одному предмету берут и передают друг другу из рук в руки, складывая в секторе рядом со стойкой. Как только все предметы достигнут сектора, вся команда бегом собирается в нем и начинает сборку сооружения, для того чтобы одному из участников залезть на данное сооружение, и сорвать подвешенные «рыбки» и слезть. Победители определяются по приходу.

Боцман: Капитан! Осталась всего одна кость.

Капитан: Непорядок! С голоду звери могут погибнуть. Зовите сюда морскую полевую кухню.

(Под музыку судьи выносят продукты и раскладывают по стульям напротив команд (кол-во продуктов определяется по количеству участников в команде))

Повар: Приготовил я вам суп из говядины и круп, А подам я на второе макароны и жаркое. На закуску — бутерброд. Ешьте, звери, кто вперед?

Капитан: Джунгли...

Дети: Зовут! (*Громко кричат*)

Задание 6

По команде «Марш!» первые участники бегут к стулу с продуктами, берут любой из них и съедают, после этого возвращаются назад, передавая эстафету. Порядок мест распределяется по приходу участников.

Капитан: Последнюю кость завоевала команда «...»! А теперь пусть каждая команда посчитает свои кости. Ну, вот и закончили наши звери выяснять свои отношения. Сильнейшей в джунглях оказалась команда «...».

(Все участники награждаются памятными подарками)

Боцман: Внимание, земля! Мы приближаемся к Африке! Вижу джунгли! На берегу кто-то прыгает и машет нам руками.

(Исполняется танец «Чунга-чанга»)

Капитан: Матросы! Слушайте мою команду! Причаливаем к берегу!
(Бросают якорь. Капитан подходит к танцующим местным жителям)

Капитан: А это что за чудеса?

(Отряды показывают подготовленные номера)

Боцман: Капитан, отгрузка закончена, все готово к отплытию!

Капитан: Не хочется прощаться с джунглями. Мы нашли здесь много новых друзей. Давайте на прощание станцуем все вместе танец дружбы.

(Общий танец)

Капитан: Матросы, слушай мою команду! Погрузить на корабль экзотические фрукты! Поднять якорь! Отплываем!

Прощай, причал наш сказочный, спортивный, добрый, праздничный! Прощайте, джунгли и друзья! Мы вспоминать их будем?..

Матросы: Да! Под песню «Все мы моряки» команда «уплываст» из зала.



**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО СОСТЯЗАНИЯ
«ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ В ДЖУНГЛЯХ»**

КОМАНДА	1 конкурс	БАЛЛ	2 конкурс	БАЛЛ	3 конкурс	БАЛЛ	4 конкурс	БАЛЛ	5 конкурс	БАЛЛ	6 конкурс	БАЛЛ	СУММА	МЕСТО

Гл. судья _____

**ПРОТОКОЛ КОМАНДЫ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО СОСТЯЗАНИЯ
«ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ В ДЖУНГЛЯХ»**

Команда	Переправа	Бой подушками	Самый ловкий	Полоса препятствий	Рыбалка	Съедобный

Судья _____

ПОЛОЖЕНИЕ

О ПРОВЕДЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО СОСТЯЗАНИЯ

«ПРЕОДОЛЕЙ СЕБЯ И СТАНЬ СИЛЬНЕЙ»

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- Приобщение детей и подростков к регулярным занятиям физической культуры и спортом;
- Укрепление здоровья детей и подростков посредством формирования устойчивой потребности в здоровом образе жизни.

Цели достигаются решением следующих основных задач:

- укрепление здоровья детей, привитие навыков ведения здорового образа жизни;
- создание условий для объективной самооценки уровня своей физической подготовленности и самосовершенствования;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладение новыми с повышенной координационной сложностью;
- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнований.

II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Праздник проводится в спортивном зале или спортивной площадке.

III. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

В празднике принимают участие команды, состоящие из 6 мальчиков (8-12) лет, 6 девочек (8-12 лет).

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

См.: Сценарий физкультурно-оздоровительного фестиваля «Преодолей себя и стань сильнее». Организация участников производится в зависимости от условий помещения и размера площадки, а также количества участвующих детей в празднике.

V. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

Определяются победители первых трех мест, остальные номинации лауреатов. Все команды получают грамоты и призы.

VI. ИНВЕНТАРЬ И ОБОРУДОВАНИЕ

Гимнастические скамейки, подушки, мягкий модуль, ведро, стакан, столовая ложка, «яйцо» от киндер сюрприза, тазик, стойка 3м, печенье в форме рыбок, бананы, апельсины, мандарины, печенье вафли, секундомеры.

СЦЕНАРИЙ

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО СОСТЯЗАНИЯ

«ПРЕОДОЛЕЙ СЕБЯ И СТАНЬ СИЛЬНЕЙ»

Праздник для сильных и ловких ребят,
их воспитателей (вожатых)



Ведущий:

Сегодня вы увидите Праздник игры, в котором участвуют дети и их родители. Внимание! Появляется команда детей, встречайте ее аплодисментами — они их уже заслужили, так как они — дети. Теперь встречаем команду воспитателей. Аплодисменты! Вот какие, не хотят выходить, хлопаем громче! Ребята, куда же делись ваши воспитатели?

Голос за ширмой (*завывание в микрофон, хихиканье*):

Не ждите своих воспитателей, не дождетесь вы их! Они спешили к вам, а я их задержал, победил, превратил, заколдовал и отправил на свой остров «НЕХОЧУХ»!

Ведущий:

А кто ты такой? С кем мы разговариваем?

Голос:

Я — злой волшебник! Я — повелитель всех тех людей, кто не хочет заниматься спортом. Я забираю у них силу и здоровье и беру себе. Поэтому я становлюсь сильным. Ха-ха-ха!

Ведущий:

Ребята, неужели это Чудище заберет и нашу силу?! Вы помните наш девиз: «Мы — сильные!»

Дети: Да!

Ведущий: Мы — ловкие!

Дети: Да!

Ведущий: Мы — храбрые ребята!

Дети: Да!

Ведущий:

Да еще нам надо наших воспитателей выручать. Пойдите, раз злой волшебник говорил про остров, значит, он находится в море. А по морю нужно плыть на корабле. Строим корабль!

(Постройка корабля из гимнастических скамеек..

Общеразвивающие упражнения на гимнастических скамейках с гимнастическими палками)

Ведущий:

Ребята, я вижу впереди остров, но дальше корабль не может плыть — здесь слишком мелко. Прыгаем в воду и «шьивем»!



(Ползем по-пластунски)

Вот мы и на берегу. Давайте-ка вытряхнем воду из ушей (прыжки попеременно на левой и на правой ноге). Ребята, смотрите, здесь кто-то есть. Да ведь это наши воспитатели! Только они как-то странно выглядят, и лица у них грустные, нас они не узнают, что это с ними?

Голос:

Ха-ха-ха! Это моя заслуга. Они постепенно превращаются в диких людей. Они все забыли. Они даже забыли, что когда-то сами были детьми.

Ведущий:

А мы их всему научим, и они снова станут нашими милыми, красивыми воспитателями. Мы их сейчас развеселим.

Голос: Попробуйте. Ха-ха-ха.

Ведущий:

Если будешь танцевать, то веселым можешь стать. Давайте потанцуем!

(Разминка — дети и воспитатели танцуют)

Ведущий:

Дети, смотрите, у ваших воспитателей лохмотья уже начинают облезать! (Лохмотья «отпадают» с рук) Значит, мы сможем научить их нашим играм. (Обращается к воспитателям) Ну, как вы чувствуете, прибавилось у вас ловкости?

Родители: Да.

Ведущий:

Теперь мы сделаем вас быстрыми как ветер, а заодно и смекалку вашу проверим. Воспитатели пока посмотрят, как это будут делать дети.

Игра «Собери мячи».

Содержание. Дети собирают мячи (воздушные шарики) в 4 (число мешков зависит от количества команд) корзины (мешки). Отдельной командой мячи собирают и воспитатели. После этой игры у воспитателей облезают лохмотья с рук и талии. Кто-то может снять длинные «уши».

Голос:

Что же это вы творите! Я чувствую, что у меня почему-то уходит сила и даже голос становится тише.

Ведущий:

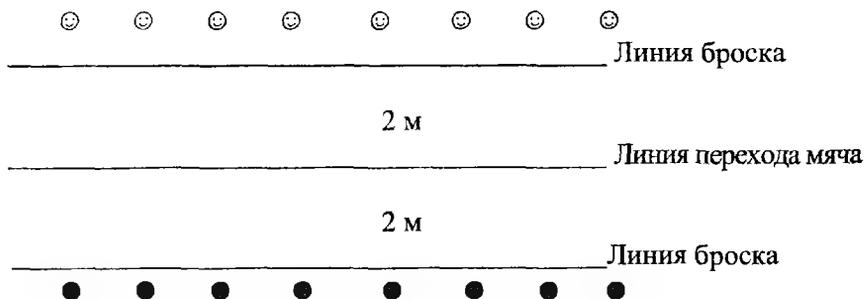
Зато наши воспитатели становятся сильнее! (*Обращаясь к детям*)

А давайте научим наших воспитателей играть в игру

Игра «Перекаати мяч».

Содержание. Игроки двух команд с маленькими мячами в руках располагаются в шеренгах напротив друг друга на расстоянии 15-18 м.

Посередине кладется большой мяч



По сигналу игроки начинают бросать малые мячи в большой, пытаясь за счет попаданий переместить его за линию перехода мяча соперника. После выполненного броска игрокам можно подбирать любые малые мячи, которые находятся на половине площадки своей команды. Затем, встав за линию броска можно снова выполнять бросок. Команда, закатившая мяч за линию перехода мяча соперника, получает 5 очков. Игра проводится 3 раза.

Правила:

1. Начинать броски только после сигнала.

2. Каждый заступ за линию броска оценивается в 1 штрафной балл.

3. Если в результате бросков мяч выкатывается за боковые линии площадки, он устанавливается судьей в середине её на таком же расстоянии относительно команд.

Место проведения: баскетбольная или волейбольная площадка (можно на песке)

Разметка, инвентарь: малые мячи (теннисные) по количеству игроков 2-х команд (28),

баскетбольный мяч - 1 или поролоновый куб.

(После игры с воспитателями «облезают» новые лохмотья)

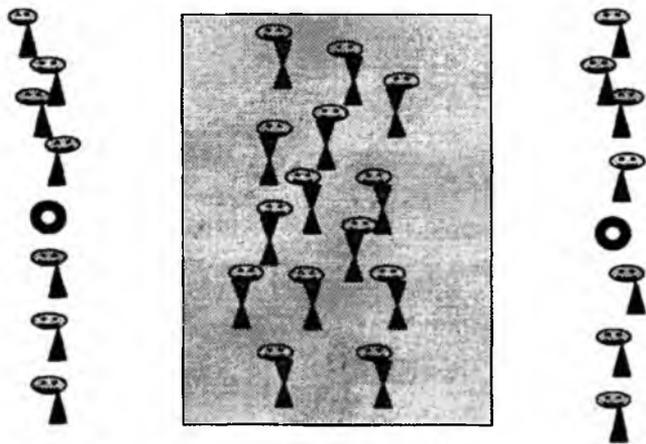
Голос:

Что-то мне плохо... Но я не сдаюсь!

Ведущий:

Ничего, это еще не конец! А сейчас мы проверим, сильные ли ноги у наших воспитателей.

Игра «Выбивалы»



Содержание: Игра проводится двумя мячами, которые находятся с двух сторон площадки. По сигналу игроки выбивающей команды стараются попасть мячом с лета в игроков команды Б. Игрок, которого задел мяч, выходит из игры. Когда на площадке не останется ни одного игрока, команды меняются местами. Выигрывает команда, быстрее выбившая игроков соперника.

Разметка, инвентарь: Игра проводится на в/б площадке; 2 фтбола небольшого размера.

Игроки одной команды по жребию располагаются на лицевых линиях площадки – выбивающая команда (А), другая – выбиваемая (Б) - внутри площадки.

Правила:

1. Игрокам команды А нельзя переступать черту. В этом случае выбитый игрок не считается выбитым.
2. Если мяч остается на площадке, его должен подать игрок команды Б. Время останавливается, подает ближайший судья.
3. Если игрока касается мяч, отскочивший от земли или от другого участника, игрок не считается выбитым.

Ведущий:

Ребята, прислушайтесь: кажется, голоса злодея уже не слышно. Ау, где ты? Ты, наверное, видел, какие сильные ноги у наших воспитателей и ребят?

Голос (тихо):

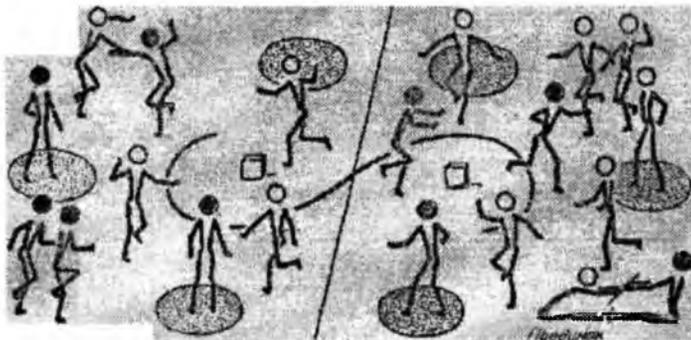
Я вот немножко отдохну, и вы узнаете, какой я сильный...

Ведущий:

А еще мы научим наших воспитателей играть в игру

Игра «Охрана сокровища»

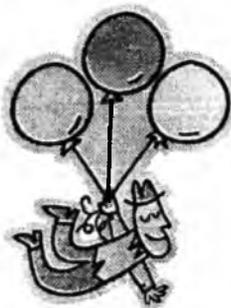
Содержание: Играют две команды по 10 человек. На площадке рисуют мелом латинское S. В каждом полукруге этой буквы кладут какие-либо предметы, изображающие сокровища. Вокруг изображают несколько островов (рис.). Площадку делят чертой пополам. Несколько игроков от каждой команды остаются вблизи сокровищ, чтобы их защищать, а остальные расходятся на своих половинах площадки, чтобы в подходящий момент перейти разделяющую черту и захватить сокровища другой команды. После сигнала о начале игры все должны



прыгать на одной ноге, за исключением того случая, когда ступают на острова — здесь можно передохнуть, стоя на обеих ногах.

Любой игрок может совершить нападение, когда захочет. Однако, если его захватит в момент нахождения на чужой стороне игрок другой команды, он должен остановиться и вступить с ним в поединок (выполнить задание за пределами площадки). Кто проиграет, выходит из игры. Выигрывает команда, которая первой захватит сокровище. В случае, если до окончания игры сокровище не будет захвачено, выигрывает команда, у которой на момент окончания осталось на площадке больше игроков.

(После игры все лохмотья спадают. Вдруг раздаются гром, свист, и на ширме появляется злодей - полиэтиленовый пакет с воздушными шарами)



Голос: Ну что, не ждали меня? Никогда вам меня не одолеть, потому что вся вапа сила во мне, в моем животе, ха-ха-ха!

(Ведущий осторожно дергает за веревку, злодей охает и падает, из него выскакивают воздушные шары)

Ведущий:

Ну, вот мы и победили злого чародея! Он вовсе и не страшный был.

Игра «Самый ловкий»

К ноге каждого участника привязан воздушный шар; выигрывает тот, у кого в конце игры шарик остался целым.

Содержание: Команды проходят жеребьевку. Судья вызывает противоборствующие команды на огражденную линиями площадку (9x18м). По команде судьи команды стараются обманными движениями подкрасться к игрокам противоположной команды и лопнуть шарик, привязанный к ноге. По истечению 2-х минут судья подсчитывает результат хлопнувших шариков. Результат заносится в протокол.

Ведущий:

Ребята, посмотрите, какие вапи воспитатели красивые! А помните, какими они были вначале, чуть в диких людей не превратились

Ведущий:

Ребята, сейчас мы начинаем торжественную церемонию награждения! *(Дети получают грамоты и призы)* Вот и подошел к окончанию наш спортивный праздник. Но мы не говорим Вам «Прощай», а говорим Вам «До свидания друзья! До новых встреч на спортивных площадках лагеря!»

**ПРОТОКОЛ
ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ
«ОХРАНА СОКРОВИЩ»**

Дата _____ Время _____

Команда А _____

Команда Б _____

Счет _____ в пользу команды _____

Судья _____

Секретарь _____

Капитан команды А _____

Капитан команды Б _____

**ПРОТОКОЛ
ПРОВЕДЕНИЯ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ
«ВЫБИВАЛЫ КОМАНДНЫЕ»**

Дата _____ Время _____

Команда А _____

Команда Б _____

Счет _____ в пользу команды _____

Судья _____

Секретарь _____

Капитан команды А _____

Капитан команды Б _____

**ПРОТОКОЛ
УЧАСТИЯ В ПОДВИЖНОЙ ИГРЕ
«ПЕРЕКАТИ МЯЧ»
(предварительные игры)**

Дата _____

Время _____

Команда _____

Капитан _____

Характер ошибок	Заступ за линию броска	Касание игроком мяча	Не сбитый мяч
Количество ошибок			
Штрафное время			

Время, показанное командой _____

Штрафное время команды _____

Общее время _____

Судья _____

Секретарь _____

Подпись капитана _____

ПОЛОЖЕНИЕ

О ПРОВЕДЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО СОСТЯЗАНИЯ

«КАК СТАТЬ СПОРТИВНЫМ?!»

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- Приобщение детей и подростков к регулярным занятиям физической культуры и спортом;
- Укрепление здоровья детей и подростков посредством формирования устойчивой потребности в здоровом образе жизни.

Цели достигаются решением следующих основных задач:

- укрепление здоровья детей, привитие навыков ведения здорового образа жизни;
- создание условий для объективной самооценки уровня своей физической подготовленности и самосовершенствования;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладение новыми с повышенной координационной сложностью;
- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.

II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Праздник проводится в спортивном зале или на спортивной площадке.

III. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

В празднике принимают участие команды, состоящие из 8 мальчиков(8-11) лет, 8 девочек(8-11 лет).

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

См.: Сценарий физкультурно-оздоровительного состязания «Как стать спортивным?!». Организация участников производится в зависимости от условий помещения и размера площадки, а также количества участвующих детей и подростков (в роли помощников, героев-ведущих) в празднике.

V. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

Определяются победители первых трех мест, остальные номинации лауреатов. Все команды получают грамоты и призы.

VI ИНВЕНТАРЬ И ОБОРУДОВАНИЕ

Гимнастическая скакалка, снежки (сделанные из скотканной бумаги и обмотанные скотчем, резиновые мячи, пластмассовое ведро, теннисные мячики, канаты, бумажный кружки диаметром 20см, дартс, дротики, большой обруч, малый обруч, секундомеры, колокольчик, привязанный к середине шнура, две бумажные мишени в виде кокосовых орехов, большая мягкая игрушка обезьяна, письмо, маршрутная карта, магнитофон.

СЦЕНАРИЙ

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО СОСТЯЗАНИЯ

«КАК СТАТЬ СПОРТИВНЫМ?!»

Выручаем Айболита.

(Праздник для детей 8-11 лет)

Ведущий сообщает, что письмо от Доктора Айболита. В письме говорится, что Айболит приплыл в Африку лечить зверей, но Бармалей взял его в плен. Дети решают, что нужно спасти Доктора Айболита, и отправляются на корабль.



I. Разминка

(Общеразвивающие упражнения под музыку)

«Сигнальные флажки»

Исходное положение (и. п.) — основная стойка (о. с.): ноги слегка расставлены, руки опущены.

- 1 — руки в стороны,
- 2 — вверх,
- 3 — вперед,
- 4 — вернуться в и. п.
- 5 — правая рука вверх, левая в сторону;
- 6 — и. п.,
- 7 — руки переменить,
то же на «восемь».

«Смотрим в бинокль»

И. п. — о. с.: ноги слегка расставлены, руки опущены.

- 1 — повороты вправо,
- 2 — прямо,
- 3 — влево,
- 4 — вернуться в и. п.

«Проверяем сети»

И. п. — ноги на ширине плеч.

- 1 — наклон вниз, достать руками пол,
- 2 — выпрямиться, руки к плечам.

«Драем палубу»

И. п. - о. с.; выпад правой ногой вперед, пружинить, то же - в другую сторону.

«Спляшем»

И. п. — руки на поясе.

- 1 - ногу поставить на пятку,
- 2 — присесть, встать;
- 3 — другую ногу на пятку,
- 4 — присесть, встать.



II. Упражнения на вытяжку позвоночника (проводятся без музыкального сопровождения)

«Проверяем высоту мачт»

И. п. — руки вверх, ладонями друг к другу, на вдох — тянуть руки вверх, не отрывая пятки от пола.

«Влезает по лесенке»

И. п. — руки вверх, ладонями друг к другу, на вдох — тянемся одной рукой, затем другой, ноги не отрываем от пола.

«Проверяем крепость мачты»

1. И. п. — руки вверх, ладонями друг к другу. Поворачиваем туловище вправо (влево) на четыре счета, ноги не отрываем от пола.
2. И. п. — руки вверх, ладонями друг к другу.

Поворачиваем ноги на четыре счета вправо (влево).
Туловище стараемся держать прямо (не поворачиваем).

«Закрепляем мачту»

И. п. — руки вверх, ладонями друг к другу.
Поворот ногами вправо, туловище влево (на четыре счета),
то же в другую сторону.

«Шторм»

Упражнение на равновесие.
И. п. — руки в стороны, стоять на пятках (10 сек.).

«Пловцы»

Имитируются стили плавания: брасс, кроль, «дельфин».

Ведущий:

Команды приглашаются к месту состязаний.

III. Препятствия.

На видном месте к искусственной пальме (или любому дереву) привязана за лапу обезьяна. Ведущий подзывает капитанов команд, и они подходят к обезьяне, которая держит в лапе листок бумаги, — это маршрутная карта Бармалея, в ней указано, как найти Айболита. Дети решают, как они будут преодолевать препятствия: через реку можно перебраться по канату, а чтобы пройти по сужающемуся туннелю, нужно сначала сгруппироваться, затем пролезть боком и проползти на четвереньках. Повстречав Дракона, можно угостить его яблоками. Пробраться через болото можно, прыгая с кочки на кочку. Чтобы достать ключ, надо сбить кокос (дана схема прохождения препятствий).

Схема:

1. «Перейдем через реку» — ходьба по канату.
2. «Проберемся через туннель» — пролезть в большой обруч прямо, в маленький — боком.
3. «Накормим Дракона яблоками» — метание мячей в корзины
4. «Перейдем через болото» — прыжки на двух ногах в длину с кочки на кочку.
5. «Сбей кокосовый орех и достань ключ» — метание в вертикальную цель.



В кокосе оказываются ключи, дети решают, какой ключ подойдет и какую дверь надо открыть. Из темницы выходит Доктор Айболит.

Айболит:

Здравствуйте, ребята! Спасибо, что пришли ко мне на помощь, освободили меня из темницы. Но я боюсь, что Бармалей может здесь появиться, и тогда и вас он может посадить в свою тюрьму. Давайте я научу вас играть в волшебную игру. В этой игре нужно уметь помогать друг другу.

Игра «ВЕРЕВОЧКА ПОД НОГАМИ!»

Содержание: Команда выстраивается в колонну по одному. Судья выдает скакалку первому участнику. По команде «Марш!» первый участник начинает бег с прыжками любым способом до флажка (количество прыжков должно быть 10), назад участник возвращается бегом. Добежав до второго участника, первый -растягивает скакалку, один конец оставляет у себя, а второй конец отдает второму игроку. Затем они поворачиваются лицом к своей колонне и натянув скакалку, опустив ее вниз, справа и слева от команды проносят скакалку под ногами команды, а команда в свою очередь перепрыгивает через нее любым способом. Как только последний участник перепрыгнул через скакалку, первый участник становится в конец колонны, а второй участник бегом возвращается к линии старта и начинает выполнять тоже задание, что и первый игрок, и т.д.

Эстафета заканчивается, когда первый игрок с последним пронесли скакалку под ногами, и он возвратился к линии старта, подняв руку вверх.

В этот момент судья выключает секундомер и фиксирует время в протоколе.

Педагог обращает внимание на записку, которую кто-то положил под пальму, пока дети играли. Это записка от Бармаля. Он соглашается отдать детям свой корабль, чтобы они поскорее услыли из Африки, но ставит свое условие: отгадать загадки, показать свою силу, ловкость эрудированность.

Загадки

1. Чтобы сильная волна
Нас с места сдвинуть не смогла,
За борт мы цепь бросаем
И в воду опускаем... (*Якорь*)

2. Чтоб увидеть мне вдали,
Как проплывают корабли,
В него я быстро погляжу
И всем ребятам расскажу (*Бинокль*)

3. В бинокль злоку разгляжу
И капитану доложу.
Знают все прекрасно — С ней играть опасно:
Зубы острые как нож, Лучше ты ее не трожь! (*Акула*)



Ведущий:

Какие умные ребята, все справились с загадками, а теперь нужно нам показать какие мы сильные, ловкие и эрудированные. Прежде, чем проводить следующее испытание, капитаны команд приглашаются на жеребьевку. А в это время судейская бригада готовит нужное количество секторов на площадке в зависимости от количества команд, например для 8 команд готовится 4 сектора с разметкой. Деление происходит средней линией и линией через середину площадки по ее длине. Так получится 4 квадрата. Чтобы избежать неудобства в метаниях рекомендуется: 2 выбивающим командам, с одной стороны, по длине площадки, и 2 выбивающим командам с другой, поставить спинами друг к другу, чтобы снежки летели за площадку.

Игра «ПЕРЕБЕЖКА ПОД ОБСТРЕЛОМ»

Содержание: На одном конце площадки чертят *линию города*, на другом — *линию кона*. Расстояние между ними 15-20 м. Сбоку между этими линиями проводят еще одну линию. Одна команда становится за *линию города*, другая (с другим количеством игроков) — за *боковую линию*. Каждый игрок второй команды делает себе по три снежка (скомканная бумага формата А4 и обмотанная скотчем). Судья занимает место сбоку. По сигналу судья включает секундомер и ребята первой команды перебежками перебегают из города за *линию кона*, а ребята второй команды, метая снежки, стараются вывести из строя как можно больше перебежчиков. Каждый играющий, в которого попали снежком, выходит за пределы площадки. После того как вся команда закончила перебежку, судья выключает секундомер и подсчитывается количество выбивших, а также к

показанному времени прибавляется то количество попаданий, которое выполнила команда №1. Затем судья дает следующую команду для перебежки ребят назад за *линию города*, с последующим включением секундомера. Команда №2 также продолжает выбивать участников противоположной команды 3 снежками. Как только пересечет *линию города* последний участник команды №1, время на секундомере выключается. Судья корректирует финишное время, прибавлением попаданий к нему, складывает с первым показанным временем и записывает в протокол.

Команды меняются местами и продолжают игру. Команды играют по круговой системе или на выбывание (на усмотрение ведущего).

Игра «ПЕРЕМЕЩАЙСЯ ЗА МЯЧОМ»

Содержание: судья чертит кружки, первые два подряд, друг за другом (расстояние между ними 1м), а следующие - змейкой. Все кружки радиусом 30см. Они располагаются друг от друга на расстоянии 1,5-2м. Количество кружков определяется количеством ребят в команде и плюс один, для перехода.

Судья приглашает команду занять места в кружочках. Расстановка игроков начинается со второго кружка (первый остается пустым). Первоум игроку выдается резиновый мяч.

По команде судьи включается секундомер и все ребята команды правую руку убирают назад за спину, а левой рукой начинают передавать мяч от первого игрока второму, от второго третьему и т.д. до последнего участника, не выходя из своего круга. Если мяч участник не поймал и мяч улетел, то игрок должен выйти из круга, подобрать мяч и встав на свое место продолжить передачу левой рукой.



Как только мяч дошел до последнего игрока, игрок берет мяч двумя руками и справа или слева от команды бегом перемещается к первому кругу. Став в него, он подает команду голосом всем участникам команды и все игроки должны переместиться вперед на соседний кружочек, а игрок с мячом на второй кружок. После этого передача левой рукой продолжается до последнего игрока в цепочке. Мяч доходит до последнего и весь игровой процесс повторяется до тех пор, пока все игроки команды снова не вернуться на свои места. Судья выключает секундомер, когда первый игрок придет на свое место и поднимет мяч вверх.

Дети отгадали загадки, показали себя ловкими, сильными, эрудированными. Поэтому Бармалей отдает им свой корабль. Все ребята танцуют танец дружбы

(или комплекс общеразвивающих упражнений под музыку)

Айболит же остается лечить больных зверей, а на дорожку раздает всем участникам сладкие пилюли (конфеты)

Ведущий:

Вот и подошел к окончанию наш спортивный праздник.

Но мы не говорим Вам «Прощай», а говорим Вам «До свидания друзья! До новых встреч на спортивных площадках лагеря!»

Приложение

**ПРОТОКОЛ КОМАНДЫ
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО СОСТЯЗАНИЯ
«КАК СТАТЬ СПОРТИВНЫМ?!»**

Команда	Полоса препятствия			Загадки	Перебежка под обстрелом		Перемещение за мячом	Веревочка под ногами
	время	попадание	дартс		время	попадания		

Судья _____

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ
ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО СОСТЯЗАНИЯ
«КАК СТАТЬ СПОРТИВНЫМ?!»**

Команда	Полоса препятствия		Веревочка под ногами		Загадки		Перебежка под обстрелом		Перемещение за мячом		Итого очков	Место
	мин	очки	мин	очки	мин	очки	мин	очки	мин	очки		

Ст. судья _____

ПОЛОЖЕНИЕ

О ПРОВЕДЕНИИ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ТУРИСТИЧЕСКОГО ФЕСТИВАЛЯ

«ВПЕРЕД, НА ПОИСКИ БУРАТИНО»

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- Приобщение детей и подростков к регулярным занятиям физической культуры и спортом;
- Укрепление здоровья детей и подростков посредством формирования устойчивой потребности в здоровом образе жизни.

Цели достигаются решением следующих основных задач:

- укрепление здоровья детей, привитие навыков ведения здорового образа жизни;
- создание условий для объективной самооценки уровня своей физической подготовленности и самосовершенствования;
- расширение двигательного опыта посредством усложнения ранее освоенных движений и овладение новыми с повышенной координационной сложностью;
- формирование практических умений, необходимых в организации самостоятельных занятий физическими упражнениями в их оздоровительных и рекреативных формах, групповому взаимодействию, посредством подвижных игр и элементов соревнования.

II. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Праздник проводится в спортивном зале или на спортивной площадке.

III. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

В празднике принимают участие команды, состоящие из 5 мальчиков (10-14 лет), 5 девочек (10-14 лет).

IV. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

См.: Сценарий физкультурно-спортивного туристического фестиваля «Вперед, на поиски Буратино». Организация участников производится в зависимости от условий помещения и размера площадки, а также количества участвующих детей и подростков (в роли помощников, героев-ведущих) в празднике.

V. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ И НАГРАЖДЕНИЕ

Определяются победители первых трех мест, остальные номинации лауреатов. Все команды получают грамоты и призы.

VI. ИНВЕНТАРЬ И ОБОРУДОВАНИЕ (НА ОДНУ КОМАНДУ)

Рюкзак с предметами (Носки простые, носки теплые, спортивная обувь, теплая одежда, умывальные принадлежности, спички, свечку, газету, карта, компас, вилка, ложка, кружка, тарелка); 6 малых обручей, коробка с теннисными шариками, стул, цветные карандаши, 2 листа бумаги формата А4, спички, листы бумаги с цифрами-буквами ключевых слов, 4 теннисных мячика, магнитофон, секундомер, разметочная лента, гимнастическая скамейка, две стойки, веревка, скрепки.

СЦЕНАРИЙ

ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ТУРИСТИЧЕСКОГО ФЕСТИВАЛЯ

«ВПЕРЕД, НА ПОИСКИ БУРАТИНО»

(для детей и подростков 10-14 лет)

Звучат фанфары, ведущий объявляет начало праздника и приглашает команды на парад. Представление команд, собравшихся на туристический фестиваль. Звучит музыка и выходит ПАПА КАРЛО.



Папа Карло:

Здравствуйте, ребята! Беда у меня случилась! Мой сынок Буратино отправился в Кукляндию искать золотой ключик и до сих пор не вернулся. Наверное, никак не найдет его. Я бы давно отправился ему на помощь, но в Кукляндию пускают только детей. Вот я и пришел к вам за помощью. Поможете Буратино найти золотой ключик? Но дорога в эту страну трудная. Не боитесь? Я слышал, что жители Кукляндии помогают тому,

кто правильно справляется со всеми их заданиями. Я тоже пойду с вами и постараюсь помочь в трудную минуту.

Ведущий:

Сказка, байка, прибаутка —
Рассказать ее не шутка.
Чтобы сказочка сначала
Словно реченька журчала,
Чтоб к концу ни стар, ни млад
От нее не задремал.
Зеленая трава, зеленая листва
От ветерка колышутся.
В лесу у всех сперва кружится голова,
Зато потом легко всем дышится.

*Ведущий приглашает ребят отправится в туристическое путешествие
(общеразвивающие упражнения)*

Папа Карло:

Слышите, жители Кукляндии приглашают вас станцевать их любимый танец. Встаньте так, чтобы не мешать друг другу.

(Дети за ведущим-инструктором повторяют танцевальные упражнения)

Упражнение 1

И.п. - о.с.

- 1 - Правая рука вперед;
- 2 - левая вперед;
- 3 - правая вверх;
- 4 - левая вверх;
- 5 — 8- в обратном порядке, и. п.

Упражнение 2

И.п. - о.с.

- 1 - Правую руку, согнутую в локте с повернутой вниз ладонью, поднять в сторону;
- 2 -то же — левой рукой;
- 3 - правое предплечье вверх;
- 4 - то же — левое;
- 5 — 8- возвращение в и. п. в том же порядке.

Упражнение 3

И.п. - о.с.

- 1-2 - носок, пятка правой ногой; 3 притопа правой ногой, затем левой; топающий шаг вокруг себя; «твист».
- 3-4 - тоже левой ногой 3 притопа правой ногой, затем левой; топающий шаг вокруг себя; «твист».

Упражнение 4

И.П. - ноги врозь:

- 1 - поднять правую ногу, согнутую в колене, достать колено локтем левой руки;
- 2 - и. п.;
- 3 - то же — левой ногой, правой рукой;
- 4 - и. п.

Упражнение 5

И.П. - ноги врозь

- 1 - Мах правой ногой, хлопок над головой;
- 2 - и. п.;
- 3 - мах левой ногой, хлопок;
- 4 - и. п.



Упражнение 6

И.П. - о.с.

- 1 - шаг в сторону, прыжок;
- 2 - шаг в другую сторону, прыжок;
- 3 — 4- то же, что и 1—2; подскоки с поворотом вокруг себя.

«Достаем до нижней ветки дерева»

И. п. — руки вверх, ладонями друг к другу.

На вдох тянуть руки вверх, не отрывая пятки от пола.

«Лезем на дерево»

И. п. - о. с. На вдох тянемся вверх одной рукой, затем другой. Ноги от пола не отрываем.

«Проверяем крепость ветки, на которой стоим»

И. п. — руки вверх, ладонями друг к другу.

Поворачиваем ноги на счет 4 вправо (влево).

Туловище стараемся держать прямо.

«Ищем тропинку»

И. п. - о.с. Поворот туловища вправо (влево) на счет 4.

Ноги от пола не отрываем.

Ведущий: Мы с вами хорошо размялись, и, я думаю, что все команды готовы отправиться в путешествие на поиски Буратино и золотого ключика.

(Все команды перемещаются к стартовой линии)

ПЕРВОЕ ПРЕПЯТСТВИЕ

«Собери рюкзак в дорогу»

Содержание: По команде первые участники команд бегут до флажка, где располагается большой обруч с набором принадлежностей для похода, и берут одну вещь, принося ее к линии старта (в зону сбора). Вторые номера выполняют тоже задание и т.д. до последнего участника. Затем вся команда быстро укладывает принадлежности в рюкзак, и капитан команды поднимает руку.

Примерный перечень предметов входящих в рюкзак (количество предметов определяется от количества участников в команде).

1. Носки простые.
Носки теплые.
3. Спортивная обувь.
4. Теплая одежда.
Умывальные принадлежности.
6. Спички.
7. Свечку.
8. Газету.
9. Карта, компас.
10. Вилка, ложка, кружка, тарелка



Ведущий: а мы продолжаем наше путешествие.

На пути у нас сложные препятствия, которые нам нужно преодолеть.

ВТОРОЕ ПРЕПЯТСТВИЕ

Порядок раскладывания предметов: 4 малых обруча – 1 малый обруч с коробкой и 10 теннисными шариками – 1 малый обруч – стул с листом бумаги формата А4 и цветными карандашами. (Расстояние между предметами определяется самим проводящим, в зависимости от возраста, пола детей, а также места проведения).

Описание эстафеты.

По команде «Марш!» первый участник команды начинает бег до малых обручей (количество 4 шт), которые располагаются на земле друг за другом, на расстоянии 1 м между ними, и начинает прыгать из обруча в обруч с ноги на ногу любым способом. Затем берет коробку с 10 теннисными шариками и бежит к малому обручу с ней, который располагается в четырех метрах от места, где стояла коробка. Участник высыпает шарики, оставляет коробку в обруче и продолжает бег до стула, где лежит лист бумаги формата А4, карандаши и начинает рисовать Буратино. В рисовании участник имеет право рисовать или разукрашивать 3 любые фигуры.

После этого игрок бегом возвращается назад, но по пути забегает к обручу с теннисными шариками, собирает их назад в коробку, переносит их на место, откуда была взята коробка. Передача эстафеты происходит прикосновением руки второго участника за стартовой линией. Эстафета продолжается до тех пор, пока последний участник не передаст эстафету первому участнику.

Учет рисунков производится судейской бригадой и оценивается в отдельной номинации.

ТРЕТЬЕ ПРЕПЯТСТВИЕ

(Ведущий объявляет командам о следующем состязании и распределяет сектора площадки, куда должны будут собрать дрова участники праздника и сложить костер)

Описание: По команде судьи команды разбегаются по площадке для сбора дров для костра. Каждая команда приносит все необходимое в свой сектор и разжигает костер, после этого считают до трех и судья выключает секундомер. Если костер не разгорелся после счета, то судья не выключает секундомер до тех пор, пока задание не будет выполнено. Время судья заносит в протокол.



ЧЕТВЕРТОЕ ПРЕПЯТСТВИЕ

Описание: Капитан команды распределяет между участниками команды на какой этап переместится участник. Затем участники каждой команды разводятся судьями по этапам, располагающимися на удалении 100м друг от друга.

По сигналу судьи сообщают игроку №1 каждой группы название вида спорта. Эти играющие бегут к игроку №2 и передают название вида спорта так, чтобы участники другой группы не слышали. Так эстафета продолжается до последнего участника, который пересекает линию финиша и выполняет рисунок данного вида спорта.

Если участник неправильно выполнил рисунок, то команде к финишному времени прибавляется 1 минута. Если участник чужой команды услышал ключевое слово противоположной команды, то проштрафившейся команде прибавляется 1 мин.

Ключевые слова:

Лиса Алиса, Кот Базилио, Пьеро, Мальвина, Артемон, Джузеппе, Карabas-Барабас, Папа Карло.

ПЯТОЕ ПРЕПЯТСТВИЕ

Описание: судья при каждой команде готовит на противоположной стороне табло с цифрами на листе бумаги (формата А4) с одной стороны, а с другой стороны с буквой из ключевого слова., а также линию броска, расположенной на расстоянии 3-4х м от табло.

Ключевые слова:

Отряд	Надписи на карточках (буквы и знаки препинания)									
1	О	Ч	А	Г	,	О	Г	О	Н	Ь
2	Х	О	Л	С	Т	Т	Е	А	Т	Р
3	К	О	Т	Е	Л	Д	Р	О	В	А
4	П	Р	А	З	Д	Н	И	К	И	!
5	К	У	К	О	Л	Ь	Н	Ы	Й	!
6	З	О	Л	О	Т	О	Й	КЛЮ	ЧИК	!
7	К	Л	Ю	Ч	И	К	У	ДА	ЧИ	!

1. очаг , огонь
2. холст театр
3. котел дрова
4. праздники!
5. кукольный!
6. золотой ключик!
7. ключик удачи!



(На каждом листе с одной стороны пишутся цифры – сколько листов столько и цифр, в зависимости от количества участников. С другой стороны листа пишутся буквы или несколько букв. В итоге буквы на листах из выше перечисленных ключевых слов образуют какое-либо выражение)

Судья ставит листы бумаги цифрами лицом к участникам.

По команде «Марш!» первый и второй участники становятся боком по направлению к движению, берутся за руки и приставными шагами перемещаются до линии броска. Участники берут по одному теннисному мячику и любым способом начинают бросать каждый в свою цифру(№1 и №2) до тех пор, пока они не попадут в нее. Если участник не попадает, сам подбирает мяч и продолжает выбивать. Если один из пары выбивает свою цифру, то он может помочь выбивать цифру своему товарищу. Как только цифры становятся выбитыми, судья переворачивает листы на сторону букв, лицом к команде, а участники, взявшись за руки, возвращаются бегом назад, передавая эстафету следующей паре. Когда финиширует последняя пара, судья выключает секундомер.

Ведущий:

Ребята! Вы сумели разгадать «ключевые слова» и вы получаете ЗОЛОТОЙ КЛЮЧИК! (*Его ведущий отдает Папе Карло*).

Появляется Буратино, оглядывается, замечает папу Карло и ребят.

Буратино:

Здравствуй, папа Карло, здравствуйте, ребята! Эх, папа Карло, видно, не будет у нас своего театра, не смог я найти золотой ключик!

Папа Карло:

Не горюй, сынок, эти дружные ребята помогли мне найти золотой ключик (*показывает*).

Буратино:

Вот здорово! Спасибо вам! Теперь можно и повеселиться. Я очень люблю разные игры, а вы? Я уже понял, что бегаете вы быстро, а загадки отгадывать умеете?

Черный Ивашка,
Деревянная рубашка,
Где носом поведет,
Там заметку кладет.
(*Карандаш*)

Черные, кривые,
От рожденья все немые.
Встанут в ряд —
Сейчас заговорят.
(*Буквы*)

Не куст, а с листочками.
Не рубашка, а спита.
Не человек,
а рассказывает.
(*Книга*)

Буратино: Молодцы, ребята! А на прощание я дарю вам «ключики», которые откроют вам дверь в страну знаний о здоровом питании.

(*Выносит корзину с фруктами и раздает ребятам*)

До свидания, побегу, обрадую своих друзей!

Папа Карло:

Вот непоседа! Опять убежал. А, мы начинаем торжественную церемонию награждения! (*Награждаются команды*). Спасибо вам, ребята, за помощь. Пора нам возвращаться домой.

Давайте будем дружить друг с другом.
Как птицы с небом,
Как ветер с лугом.
Как парус с морем.
Трава с дождями
Как дружит солнце
Все: Со всеми нами.
Чтоб расти и закаляться,
Надо спортом заниматься,
Закаляйтесь детвора,
В добрый путь
Физкульт – *(все хором)* - УРА!!!

Ведущий:

Перед тем, как с вами попрощаться Мы хотим вам пожелать!
Здоровья крепкого, чаще улыбаться, И никогда не унывать!
Все вместе: До свидания! До новых встреч.



ПРОТОКОЛ КОМАНДЫ

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
ТУРИСТИЧЕСКОГО ФЕСТИВАЛЯ
«ВПЕРЕД, НА ПОИСКИ БУРАТИНО»**

Команда	1 препятствие	2 препятствие	3 препятствие	4 препятствие	5 препятствие

Судья _____

ПРОТОКОЛ КОМАНДЫ

**ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
ТУРИСТИЧЕСКОГО ФЕСТИВАЛЯ
«ВПЕРЕД, НА ПОИСКИ БУРАТИНО»**

Команда	1 препятствие	2 препятствие	3 препятствие	4 препятствие	5 препятствие

Судья _____

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО
ТУРИСТИЧЕСКОГО ФЕСТИВАЛЯ
«ВПЕРЕД, НА ПОИСКИ БУРАТИНО»**

Команды	1 пре- пятствие		2 пре- пятствие		3 пре- пятствие		4 пре- пятствие		5 пре- пятствие		Всего очков	Место
	время	место										

Ст. судья _____

