



государственное бюджетное общеобразовательное  
учреждение Самарской области «Школа - интернат №3  
для обучающихся с ограниченными возможностями  
здоровья городского округа Тольятти»

**Конспект  
спортивно-развлекательной программы  
«Молодецкие забавы»**

Подготовила: Налейкина Ю.С.

Тольятти, 2020 г.

**Цель:** формирование потребности в ведении здорового образа жизни.

**Задачи:** создать положительный эмоциональный настрой у детей, веселое, бодрое настроение;

развивать двигательные навыки: силу, быстроту, ловкость, выносливость.

**Оборудование:** полоса препятствий: обручи, кегли, ворота, снежки, флажки. кегли, флажки, лопатки, мячики теннисные, платок женский, шапки снеговиков, листы писчей бумаги формата А4, обручи, мячи.

### Ход проведения:

**Ведущий:** Здравствуйте, дорогие зрители и все, кто принимает участие в наших сегодняшних соревнованиях! Спорт — это жизнь и наш веселый праздник тому подтверждение. Давайте дружно отдадим часть уважения активному здоровому образу жизни и постараемся получить удовольствие от веселых забав, конкурсов и соревнований.

Спорт наполняет нас движеньем,

С ним легким будет каждый день.

Он служит сказочным спасеньем

И побеждает нашу лень.

Давайте же спасем сегодня

Себя от серой суеты.

Пусть спорт подарит нам свободу

От всех болезней и беды!

Уверенной в себе походкой

Он победит печаль и страх

И засияет словно солнце

Улыбка счастья на губах!

### **Представление команд.**

**Ведущий:** в наших веселых стартах участвуют команды: «Неутомимый баклажан» и «Крутой перец».

### **1 игра «Меткий овощ»**

По установленному сигналу ведущего играющие первой команды бросают пластмассовые муляжи в цель (корзину), стараясь попасть в нее. Ведущий и помощники следят за попаданиями. По команде ведущего играющие второй команды также бросают овощи в цель. Снова подсчитываются овощи, пролетевшие в цель. Выигрывает команда, сумевшая попасть в цель большее количество раз.

Правила игры: 1. Бросать можно только по сигналу ведущего.

2. При броске заходить за стартовую черту нельзя. Бросок зашедшего за черту не засчитывается.

Ведущий: Ой, какие вы молодцы! Как хорошо и ловко умеете бросать снежки в цель. Интересно, а полосу препятствий вы так же быстро и ловко сможете преодолеть.

## **2 игра «Полоса препятствий».**

В беге с препятствиями принимают участие 2 команды. По сигналу игроки команды бегом преодолевают полосу препятствий. (Попрыгать из обруча в обруч, бег змейкой между кеглями, проползти под воротниками) добегают до ориентира и бегом возвращаются в свою команду: передавая эстафету следующему игроку.

## **3 игра – “Снежная поляна”**

Цель: попасть снежком(шариком) в кегли. Выигрывает команда, у кого будет больше попаданий и кто первым прибежит. У каждого участника по 2 попытки. За каждое попадание – 2 балла.

## **4 игра – “Гонка мяча над головой”**

Цель: кто быстрее прокатит мяч над головой.

По сигналу играющие передают, а не бросают, мяч над головой двумя руками. Последний участник, получив мяч, бежит вперед, встает перед своей командой и передает мяч следующему игроку. Когда капитан снова окажется впереди своей команды, он поднимает мяч вверх.

### **Игра со зрителями**

Он лежать совсем не хочет.

Если бросить, он подскочит.

Бросишь снова, мчится вскачь,

Ну, конечно – это... (мяч)

Этот конь не ест овса,

Вместо ног – два колеса.

Сядь верхом и мчись на нем,

Только лучше правь рулем. (велосипед)

Ясным утром вдоль дороги

На траве блестит роса,

По дороге едут ноги

И бегут два колеса.

У загадки есть ответ –

Это мой ... (велосипед)

Он на вид — одна доска,

Но зато названьем горд,

Он зовется...

(Сноуборд)

На снегу две полосы,

Удивились две лисы.

Подошла одна поближе:

Здесь бежали чьи-то ...  
(Лыжи)

Силачом я стать решил,  
К силачу я поспешил:  
- Расскажите вот о чем,  
Как вы стали силачом?  
Улыбнулся он в ответ:  
- Очень просто. Много лет,  
Ежедневно, встав с постели,  
Поднимаю я ...  
(Гантели)

Палка в виде запятой  
Гонит шайбу пред собой.  
(Клюшка)

Есть лужайка в нашей школе,  
А на ней козлы и кони.  
Кувыркаемся мы тут  
Ровно сорок пять минут.  
В школе – кони и лужайка?!  
Что за чудо, угадай-ка!  
(Спортзал)

### **5 игра - «Паровозик»**

Инвентарь: 2 фишки.

На игровой площадке размечают линию старта и поворотный пункт. Игроки каждой команды строятся в колонну по одному за линией старта. По сигналу первые игроки бегут вперед, огибают поворотный пункт, возвращаются к своей команде и берут за руки вторых игроков. Затем они вместе таким же образом преодолевают препятствия, возвращаются, берут следующего игрока и пробегают путь уже втроем. Но нужно соблюдать одно правило: ни в коем случае нельзя расцеплять руки.

Конкурс оценивается: победившей команде 4 балла, проигравшей – 2 балл.

### **6 игра - «Переправа»**

Инвентарь: 4 листа формата А4

Каждый участник своей команды наступая только на картонку добирается до кубика. Обходит кубик, берет картонку в руки и бежит к команде. Передает эстафету другому. Побеждает та команда, последний участник которого прибегает первым.

Конкурс оценивается: победителю 4 очка, проигравшему 2 очко

### **7 игра « Керлинг по- русски»**

Обводка кеглей мячом. Игрок должен обвести все кегли футбольным мячом, дойти до финиша. Взять мяч в руки и вернуться к команде.

### **8 игра «Мяч в кольцо»**

Команды построены в колонны по одному перед баскетбольными щитами на расстоянии 2 – 3 метра. По сигналу первый номер выполняет бросок мяча в кольцо, затем кладет мяч, затем второй игрок берет мяч и бросает его в кольцо и так далее. Выигрывает та команда, которая больше всех попала в кольцо.

### **9 игра «Попади в цель»**

Перед каждой командой находятся обручи на расстоянии 3 метра, каждый участник забрасывает мяч в обруч.

### **Подведение итогов, награждение**

**Ведущий:** Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою силу, быстроту, ловкость. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Дорогие ребята, вы сегодня отлично соревновались у нас, есть победители, но, к сожалению, есть и проигравшие, но в нашем мероприятии победила дружба.

*Интернет- ресурсы:*

<https://rosuchebnik.ru/material/stsenariy-sportivnogo-prazdnika-veselye-estafety--6149/>