**Сценарий спортивного праздника «Олимпийские резервы»**

**для 10-11 класса**

***ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:***

1. Формирование здорового образа жизни.

2. Повышение социальной активности и укрепления здоровья учащихся.

3. Приобщение их к занятиям физической культурой и спортом.

4. Реализация умений и навыков, полученных на уроках в соревнованиях с достойными соперниками.

5. Сделать этот день праздником

6. Повышение эмоционального настроения.

***МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:***спортивный зал.

***УЧАСТНИКИ:*** учащиеся 10-х и 11-х классов.

***ИНВЕНТАРЬ:***стулья – 22 шт., воздушные шары – 40 шт., большие мячи с ручками – 2 шт., шорты, сшитые из мешков – 2 шт., мешки – 2 шт., ласты – одна пара, очки для плавания – 2 шт., гимнастические обручи – 12 шт., ватман – 2 шт., фломастеры – 2 шт., гиря 16 кг., канат для перетягивания, магнитофон, свисток, поворотные стойки – 2 шт.

*Спортивный зал празднично украшен. Болельщики занимают свои места. На месте старта для каждой команды стоят стулья «паровозиком» (по числу участников). К каждому стулу привязан воздушный шарик. Команды готовятся к параду участников соревнований. Звучит музыка.*

**Ведущий:** Внимание! Внимание!

Зрители, берегите нервы!

У нас сегодня в зале-

"Олимпийские резервы"!

Прячьтесь слабые и лежебоки.

Перед вами противники поющих в караоке!

Перед вами поклонники мешков и плавательных масок!

Представят себя без излишних красок!

Итак, дорогие гости, рассаживайтесь поудобней, так как скоро появятся наши участники соревнований – наши главные действующие лица, которые просто рвутся в бой. Даже боюсь их выпускать. Слабонервных просьба удалиться! Что же не разбегаетесь, думаете шучу? Ну да ладно, оставайтесь, раз вы такие смелые! Встречайте: (под спортивный марш в зал заходят команды)

Команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, капитан \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, капитан \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, капитан \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

У нас сегодня – праздник спорта, и для праздника у нас есть всё - хорошее настроение и уважаемое жюри, в составе:

1. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Мы надеемся, что в наших соревнованиях принимают участие те, кто дружит со спортом, с физкультурой, с юмором и умеет смеяться.

На любых соревнованиях существуют правила, на наших тоже есть такие. Строгое жюри их с вами сейчас познакомит.

**Главный судья:** *(зачитывает правила соревнований)*

1. Играем не ради корысти, а ради удовольствия – своего и других.

2. Играем честно. Обидно, когда проигрываешь, но все равно не мухлюй и не злись.

3. Будь стойким: не унывай при неудаче и не злорадствуй.

4. Если выиграл – радуйся, но не зазнавайся!

5. Не упрекай партнера за промахи, старайся поправит беду своими успехами.

6. Сохраняй спокойствие независимо от исхода игры.

**Ведущий:** Теперь ждем ответного слова от участников соревнований. Торжественную клятву зачитывают капитаны команд.

**Торжественная клятва.**

От имени всех участников соревнований торжественно клянёмся:

участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила, по которым они проходят и уважая заведомо слабого соперника;

клянёмся бежать только в указанном судьёй направлении – шаг влево, шаг вправо считается попыткой к бегству;

клянёмся передвигаться только на тех конечностях, на которых разрешают правила;

клянёмся соблюдать олимпийский девиз: Быстрее, выше, сильнее», что значит: быстрее ветра не бежать, выше крыши не прыгать, сильнее соперника судью не бить;

клянёмся подножки сопернику не подставлять, упавших не добивать;

клянёмся громче соперников не кричать, кроссовками в них не кидать;

клянёмся соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта, во имя чести своей команды;

клянёмся не подраться из-за первого приза, но победить любой ценой!

*КЛЯНЁМСЯ! КЛЯНЁМСЯ! КЛЯНЁМСЯ!*

**Ведущий:** Итак, объявляю соревнования открытым! И в честь открытия соревнований первый конкурс:

**«ФЕЙЕРВЕРК»**

Напротив каждой команды подвешены воздушные шары (по количеству участником в каждой команде). Участник с карандашом в руке подбегает к шарам, лопает один шар и возвращается к своей команде, передав карандаш следующему участнику. Побеждает та команда, которая быстрее лопнет все свои шары.

**Ведущий:** Отлично справляются наши участники с заданием. Громким фейерверком они озвучили начало великой битвы! А теперь переходим к основным заданиям. И следующий наш конкурс называется

**«ПОПРЫГУНЧИКИ»**

У направляющих в руках большие мячи с ручками. Задача каждого участника пропрыгать на мяче до поворотной стойки и обратно. Побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием.

**Ведущий:** И с этим заданием справились наши участники, но очень хочется узнать результаты первых двух конкурсов.

Жюри объявляет результаты.

**Ведущий:** Мячик в руки я возьму,

И к тебе его прижму.

Ты держи его сильней,

Вместе побежим быстрей!

Следующий наш конкурс называется

**«ПЕРЕНЕСИ МЯЧ»**

В парах (юноша и девушка), держа руки за своей спиной, должны приставным шагом добежать до поворотной стойки и обратно, прижимая друг к другу мяч и не уронить его. Побеждает команда, которая быстрее и правильней справится с заданием.

**Ведущий:** Молодцы наши участники, хорошо и дружненько справляются с заданием. А теперь посмотрим, насколько они дружные в своей команде, так как следующий конкурс называется

**«ДРУЖНАЯ ПАРА»**

Каждой команде дают очень большие шорты, в которые должны поместиться два участника (юноша и девушка). Задание: вдвоем одеть шорты, оббежать поворотную стойку, вернуться к команде и передать шорты следующей паре. Побеждает та команда, которая быстрее справится с заданием.

**Ведущий:** Сейчас мы ждем от жюри объявления предварительного итога после четырех конкурсов.

Жюри объявляют предварительный итог конкурсов.

**Ведущий:** Все обходят это место,

Здесь земле как будто тесно.

Здесь осока, кочки, мхи…

Нет опоры для ноги.

**«БОЛОТО»**

Команды выстраиваются во встречные колонны (юноши напротив девушек). На дистанции лежат маленькие гимнастические обручи (по количеству участников с одной стороны). У направляющего в руках тоже обруч. По команде ведущего юноши должны занять по одной «кочке», а свободным обручем прокладывать путь вперед, передвигаясь по «кочкам». Участникам нельзя выходить за пределы обруча. Девушки начинают выполнять тоже задание только после того, как будет переправлен последний юноша. Последняя девушка должна будет собирать все пустые обручи. Когда последний участник с обручами пересечет линию финиша, задание будет считаться выполненным.

**Ведущий:** Преодолели наши олимпийцы болото и попали на открытый водоем.

Ласту, маску я возьму

И в водицу я нырну.

Проплыву разок, другой,

Окунусь и с головой!

Следующий конкурс так и называется

**«ПЛАВАНИЕ»**

Команды строятся для встречной эстафеты. У направляющего каждой команды на одну ногу одета ласта, на глаза – очки для плавания. Надо преодолеть дистанцию и передать атрибуты для плавания следующему участнику. Победа присуждается команде, которая быстрее справится с заданием.

**Ведущий:** Все получается в спорте у наших будущих олимпийцев. А теперь посмотрим, как хорошо они умеют рисовать. Следующий конкурс называется

**«ОЛИМПИЙСКАЯ ЭМБЛЕМА»**

На стене напротив каждой команды висит ватман. В руках у направляющих фломастер. Команда должна «разделить» слона на 10 частей. Каждый участник рисует только одну часть слона, возвращается к команде и передает фломастер следующему участнику. (Туловище, голова, хобот, уши, глаза, рот, бивни, хвост, передние ноги, задние ноги.) Побеждает команда, которая быстрее нарисует слона.

**Ведущий:** Вот это я понимаю – эмблема! Лучше всяких художников справились наши команды с заданием. Давайте сейчас послушаем предварительные итоги конкурсов.

Жюри объявляет предварительный итог.

**Ведущий:** Наши команды отдохнули и готовы состязаться дальше! И следующий наш конкурс…

**«ПРЫЖКИ В МЕШКАХ»**

Команда должна по очереди преодолеть дистанцию, прыгая в мешках. Побеждает команда, которая быстрее справиться с заданием.

**Ведущий:** Ах, какой тяжелый груз!

Даже посмотреть боюсь!

Ну, ребята, подтянись

И на гирю навались!

Следующий конкурс называется

**«САМЫЙ СИЛЬНЫЙ»**

По одному юноше от каждой команды – кто больше выжмет одной рукой от плеча вверх гирю 16 кг.

**Ведущий:** Какие молодцы наши спортсмены, они не только быстрые, ловкие, дружные, не только умеют рисовать, но еще и очень сильные!!! Впереди у нас еще очень важный конкурс, для которого потребуется вся ваша сила и упорство, а чтобы поднять ваш дух проведем веселый конкурс, который называется

**«ВЕСЕЛЫЙ САЛЮТ»**

Участники выстраиваются в колонну по одному. В руках у каждого надувной шарик. У поворотной стойки напротив каждой команды стоит стул. Участник должен подбежать к стулу и сесть на шарик так, чтобы он лопнул, но без помощи рук. Вернуться к своей команде и передать эстафету следующему. Выигрывает команда, которая первой справится с заданием.

**Ведущий:** Перед началом последнего, самого решающего конкурса давайте послушаем предварительные итоги конкурсов.

Жюри объявляет предварительные результаты.

**Ведущий:** Итак, последний конкурс называется…..

**«ПЕРЕТЯГИВАНИЕ КАНАТА»**

Команды в полном составе перетягивают канат.

**Ведущий:** Пока жюри готовится к окончательному подведению итогов и объявлению победителей, давайте поотгадываем загадки.

1. Деревенский гарнитур для семерых несовершеннолетних (лавочка).

2. Главное оружие Соловья-Разбойника (свист).

3. Тара для чудес (решето).

4. Минимум отмеров на один размер (семь).

5. Богатырское число (три).

6. Головной убор для дурака (колпак).

7. Разбойничья цифра (сорок).

8. Змей по батюшке (Горыныч).

**Ведущий:** Слово для окончательного подведения итогов и награждения предоставляется главному судье. Подводятся итоги. Объявляется победитель Награждение команд.

**Ведущий:** Наши соревнования подошли к концу и теперь мы знаем, кто будет защищать честь нашего города на следующих Олимпийских играх! Всем спасибо за участие! До свидания! До новых встреч!

Звучит спортивный марш, команды покидают спортивный зал.