**Увлекательное занятие "Спорт альтернатива пагубным привычкам"**

**Тема: Мы выбираем спорт!**

**Цель**: прививать любовь к спорту и здоровому образу жизни.  
  
-Ребята, сегодня мы отправимся в увлекательное путешествие. Наш спортивный поезд будет останавливаться на разных станциях, а мы будем выполнять интересные задания. В конце нашего путешествия у нас должна получится народная пословица.  
  
*1-я станция* **«Поэтическая»**  
1. Школьник, спортом занимайся!  
И здоровым оставйся!  
Без болезней будешь жить  
Время с пользой проводить!  
  
2. Начинается игра.  
Очень рада детвора.  
Любит спортом заниматься  
И здоровьем наполняться!  
Эх, играю я в футбол,  
Как ударю – сразу гол!  
В баскетболе же. Дружок,  
Нужен ловкий мне бросок!  
  
3.Человек на свет родился,  
Встал на ножки и пошел.   
С ветром, солнцем подружился,  
Чтоб дышалось хорошо.  
  
4.Приучал себя к порядку:  
Рано утром он вставал.  
Бодро делал он зарядку,  
Душ холодный принимал.  
  
5.Он к зубным врачам, представьте,  
Не боясь совсем, пришел.  
Он ведь чистил зубы пастой,   
Чистил зубы порошком.  
  
6.Человечек за обедом   
Черный хлеб и кашу ел.  
Вовсе не был привередой,  
Не худел и не толстел.  
  
7.Спать ложился в девять тридцать,  
Очень быстро засыпал.  
С интересом шел учиться  
И пятерки получал.  
  
8.Каждый день он бегал, прыгал,  
Много плавал, в мяч играл.  
Набирал для жизни силы,  
И не ныл, и не хворал.   
  
9. Обруч, скакалка, ракетка,  
Для здоровья – вот таблетка!  
Принимать, малыш их нужно  
Одиночно и всем дружно!  
  
10. Чемпионом хочу стать   
И рекорды побивать!  
Буду я тренироваться,  
Никогда не отвлекаться!  
  
11. ы ребята озорные,  
Закаленные такие,  
Будем спортом заниматься  
И успехов добиваться!  
  
*2-я станция***»Сказочная»**  
сказка о том, как звери спортивный талисман выбирали  
  
В большой-пребольшой стране России жили-были разные-преразные звери.  
Жили - не тужили, за модой следили, в меру сплетничать любили.  
И вот однажды принесла Сорока на хвосте: «Самый модный из зверей станет талисманом спортивных игр ». Собрались звери на Красной поляне и начали спорить:  
- Сейчас модно быть здоровым и сильным, - сказал **Белый Медведь**.  
- Я здоровый и сильный. Я буду талисманом, - ответил толстый **морж**, лениво приподняв голову.  
- Здоровье и силу дают нам занятия спортом и правильное питание. А ты на льдине жир накапливаешь, малоподвижный образ жизни ведешь, - возразил Белый Медведь.  
- Я самая модная! Я самая молодая, самая красивая и лучше из всех одеваюсь! – воскликнула Лиса.  
- А что от твоей красоты и молодости с годами останется? Ведь ты спортом не занимаешься, мед у медведя воруешь, жирной пищей злоупотребляешь! – усмехнулся **Снежный Барс**. – Посмотри на меня! Моя шубка не дешевле твоей, но важнее, что под ней. А под шубой у меня сильное, мускулистое, закаленное тело.  
- Сейчас модно быть смелым и уверенным в себе. Я буду талисманом! – прорычал **Волк**.  
- Умения и навыки делают нас уверенными в себе, а воля к победе толкает на смелые поступки, - храбро возразил **Заяц**. – Ты хоть и рычишь страшно, а бегаю я быстрее тебя. Потому что ты куришь да пивом балуешься, а я зимой на коньках, а летом на роликах тренируются.  
- Так что же это получается?! Самый модный тот – кто самый спортивный? – удивился **Дельфин**.  
- Да! – дружно заревели звери.  
- Но спорт – это не только соревнования . Это и дружба, и команда. Так пусть у нас будет не один талисман, а целая команда талисманов! – воскликнул **Дельфин**!  
И все звери его поддержали.   
  
*3-я станция***»Загадкино»**  
1. Бегут по дорожке доски да ножки (Лыжи)  
  
2. Едет он на двух колесах,  
Не буксует на откосах.  
И бензини в баке нет.  
Это мой ….(велосипед)  
  
3. Взял дуьовых два бруска  
Два железных полозка  
На бруски набил я планки  
Дайте снег! Готовы….(санки)  
  
4. Не пойму, ребята, кто вы?  
Птицеловы? Рыболовы?  
Что за невод во дворе?  
-Не мешал бы ты игре,  
Ты бы лучше отошел  
Мы играем в … (волейбол)  
5. Бьют его рукой и палкой  
Никому его не жалко  
А за что беднягу бьют?  
А за то, что он надут. (мяч)  
  
6.Есть лужайка в нашей школе,  
А на ней козлы и кони.  
Кувыркаемся мы тут  
Ровно 45 минут.  
В школе – кони и лужайка?!  
Что за чудо. Отгадай-ка!: (Спортзал)  
  
7. Во дворе с утра игра,  
Разыгралась детвора.  
Крики; «Шайбу!», « Мимо!», «Бей!» -  
Значит там игра …(хоккей)  
  
8. На квадратиках доски  
Короли свели полки.  
Нет для боя у полков  
Ни патронов, ни штыков. (шахматы)  
  
*4-я станция* **«Эстафетная»**  
  
1.Надуть шарик.  
2.Мяч сверху.  
3.Шарик на ракетке.  
4. Игра «Мальчики, девочки»  
  
*5-я станция* **«Спортивная»**  
1.Назовите известные вам виды спорта на буквы: К, Ф, Ш, Г, В, Т.  
2.Как называют спортсменов по видам спорта.  
  
*6-я станция* **«Музыкальная разминка»**  
Спортивная физминутка  
  
*7-я станция* **«Мои рисунки»**  
Выставка рисунков о спорте  
Подведение итогов путешествия.  
- Зачем нужно заниматься спортом?  
- Какая пословица у нас получилась?   
(В здоровом теле – здоровый дух!)  
**Все вместе:**  
Спорт – это сила!  
Спорт – это жизнь!  
Мы выбираем спорт!