ГУО «Учебно-педагогический комплекс санаторный детский сад - начальная школа №270 г. Минск»

Спортивный праздник

«День здоровья»

Подготовила

учитель начальных классов

Генгрос И.В.

2018 год

Тема: Всемирный День здоровья

Цель: Пропагандировать здоровый образ жизни.

Заинтересовать учащихся изучением вопросов здоровья.

Пропаганда культуры здоровья

Задачи: создание положительного настроя и благоприятной обстановки для обучения и воспитания учащихся;

стимулирование желания школьников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

укрепление здоровья учащихся;

- развитие физических качеств, красивой осанки, пластики движений;

- обучение умению выполнять поставленные задания быстро и точно;

- продолжение работы по формированию коллективизма и взаимопомощи, дисциплинированности, смелости, настойчивости, упорства, выдержки, воспитание «здорового духа соперничества»

Оборудование: кегли, мячи, гимнастические палки, обручи, мешочки с песком, ракетки для бадминтона, плакаты, воздушные шары, разноцветные ленточки.

Оформление зала /площадки/ :

1) плакаты с девизом;

2) рисунки детей

3) Оформление выставки рефератов о здоровом образе жизни

4) Воздушные шарики с пожеланием здоровья себе и своим близким.

5) Плакаты по здоровому образу жизни.

Подготовительная работа:

Разработка сценария

Подготовка участников

Название команд, девиз

Рисунки детей

Подготовка плакатов

Подготовка воздушных шаров

Оформление выставки рефератов о здоровом образе жизни

Оформление:в рекреации вывешены плакаты на тему: “Мы - за здоровый образ жизни!”, “Здоровье в порядке – спасибо зарядке!”, “Здоровье – всему голова”, “Спорт и движенье – жизнь!”, “Чтоб здоровым, сильным быть, нужно спорт, друзья, любить”.

Подготовка к соревнованиям.

Оформление спортивной площадки

Спортивные костюмы

Спортивный инвентарь

План проведения праздника

1. Линейка, посвященная Всемирному дню здоровья.

2. Утренняя зарядка.

3. Мероприятия на спортивной площадке

4. Выпуск листков здоровья.

5. Запуск « волшебных « воздушных шаров в небо.

Награждение: Победители и призеры награждаются грамотами.

Определение победителей и призеров: в начальной школе и в детском саду победители и призеры определяются по командам.

Положение: Учащиеся начальных классов и дети старших групп детского сада участвуют в конкурсе рисунков «Солнце, воздух и вода – наши верные друзья». В соревнованиях участвует все учащиеся школы и старшей группы детского сада, кроме тех, которые освобождены от занятий физической культуры по медицинским показаниям.

ХОД МЕРОПРИЯТИЯ

Учитель физической культуры (руководитель физвоспитания) в детском саду утром проводит с детьми зарядку на улице под музыку. Все воспитатели и их помощники в спортивной форме.

Учитель физкультуры:

- На площадку по порядку

Становись скорее в ряд!

На зарядку, на зарядку

Приглашаем всех ребят!

С ребятами проводится разминка “Физкультура”.

Что такое физкультура?

Тренировка и игра.

Что такое физкультура?

“Физ” и “куль” и “ту” и “ра”.

Руки вверх, руки вниз.

Это “физ”.

Крутим шею словно руль.

Это “куль”.

Ловко прыгай в высоту.

Это “ту”.

Бегай полчаса с утра.

Это “ра”.

Занимаясь этим делом, будешь сильным, ловким, смелым.

Плюс хорошая фигура.

Вот что значит физкультура!

Ребята стоя выполняют движения разминки и хором произносят текст.

Все расходятся по группам и получают после завтрака письмо от Айболита, в котором сообщаются результаты медицинского обследования ребят.

Оказывается, что самыми распространенными заболеваниями являются:

1) Нарушение осанки;

2) Нарушение зрения;

3) Простудные заболевания;

4) Сколиоз.

- Воспитатели сообщают детям, что сегодня все будут исправлять свои ошибки на празднике здоровья и будут учиться правилам здорового образа жизни.

А в старших группах начинают составлять листок здоровья, который доработают на празднике.

Дети рисуют Айболита (один рисунок от группы на большом листе и прикладывают свои ладошки).

Учитель физической культуры в начальной школе проводит утром со всеми учениками физкультурную разминку на улице под музыку.

- На площадку по порядку

Становись скорее в ряд!

На зарядку, на зарядку

Приглашаем всех ребят!

С ребятами проводится разминка “Физкультура”.

Что такое физкультура?

Тренировка и игра.

Что такое физкультура?

“Физ” и “куль” и “ту” и “ра”.

Руки вверх, руки вниз.

Это “физ”.

Крутим шею словно руль.

Это “куль”.

Ловко прыгай в высоту.

Это “ту”.

Бегай полчаса с утра.

Это “ра”.

Занимаясь этим делом, будешь сильным, ловким, смелым.

Плюс хорошая фигура.

Вот что значит физкультура!

Ребята стоя выполняют движения и произносят текст.

По окончанию зарядки учитель открывает письмо от Айболита, в котором сообщаются результаты медицинского обследования ребят.

Оказывается, что самыми распространенными заболеваниями являются:

1) Нарушение осанки;

2) Нарушение зрения;

3) Простудные заболевания;

4) Сколиоз.

- Будем исправляться?

-Будем заниматься своим здоровьем?

-Тогда вперед, к достижению намеченных целей.

На перемене все ученики на большом плакате составляют Айболита, рядом оформляют листок здоровья, оставляя на плакате отпечаток своей ладошки.

-Каждая физкультминутка под музыку.

В 16.30 все учащиеся начальной школы и детского сада приглашаются на спортивную площадку для проведения праздника.

Ведущий:

- На спортивную площадку

Приглашаем, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается сейчас.

ЗДОРОВЬЕ - это бесценный дар, который преподносит человеку природа.

Без него очень трудно сделать жизнь интересной и счастливой. Но как часто

мы растрачиваем этот дар попусту, забывая, что потерять здоровье легко, а

вот вернуть его очень и очень трудно.

Народная мудрость гласит:

«ЗДОРОВЬЕ ПОТЕРЯЕШЬ – ВСЁ ПОТЕРЯЕШЬ» Согласны ли вы с этой

мудростью.

- От кого зависит в первую очередь здоровье человека?

Ответы)

Ну что же начнём наш праздник.

- Ведущий:- Сейчас команды представят свою команду, назовут девизы.

- Команда 1 : «Здоровята» (ДЕТСКИЙ САД)

- Наш девиз:

«Чтоб расти и закаляться

Будем спортом заниматься.

Используй ловкость и настрой

Победа будет за тобой!»

\_Команда 2: « Молния» (нач. школа)

\_Наш девиз:

«Мы в спортивный бой идем

Всех ребят с собой ведем,

Будем с ними побеждать!

Никогда не отступать!

Представление жюри

- Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить команды будут( представление жюри).

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит. (жюри произносит наказ):

- Дети! Слушайте сейчас

Вот спортивный наш наказ:

Соревнуйтесь в дружбе, мире,

Места нет у нас задире.

Маленьких не обижать.

Что же, можем начинать.

Соревнования проходят под музыкальное сопровождение

1. Конкурс “Кегли”.

На площадке выставляются 2 кегли, по одной для каждой команды на расстоянии. От класса выходит один участник. По сигналу ведущего дети должны сбить кеглю мячом. Выигрывает тот, кто собьет большее количество раз кеглю.

Ведущий: - Вот, ребята, вам мячи, -

Тренируйтесь силачи

2. Конкурс «Буксировка».

По сигналу первые игроки каждой команды буксируют обруч с мячом таким образом, чтобы мяч оставался в обруче во время движения. При потере мяча возвратить его в обруч и продолжить выполнение задания. Победителем становится та команда, все игроки которой быстрее выполнят это задание.

3. “Мяч под ногами”.

Участники большой мяч передаю под ногами назад.

Последний берет мяч встает первым и делает то же самое.

Игра-отдых (муз.сопровождение.)

- В этой игре проверяется внимание. Слушайте вопросы, которые задаёт ведущий. Если ответ отрицательный то все молчат, а если положительный отвечают хором фразой: “Это я, это я, это все мои друзья”.

- Кто ватагою веселой

Каждый день шагает в школу?

- Знает кто, что красный цвет

Означает: хода нет.

- Кто из вас из малышей,

Ходит грязный до ушей?

- Кто любит маме помогать,

По дому мусор рассыпать?

- Кто одежду бережёт,

Под кровать её кладёт?

- Кто ложится рано спать

В ботинках грязных на кровать?

- Кто из вас не ходит хмурый,

Любит спорт и физкультуру?

- Кто, из вас идя, домой,

Мяч гонял по мостовой?

Кто любит в классе отвечать,

Аплодисменты получать?

Ведущий: - А сейчас объявляется

4 конкурс “Скакалочка”.

Из каждого класса выходят несколько детей и среди них проводится соревнование. Побеждает тот, кто дольше всех прыгает со скакалкой.

Ведущий: - Вы сегодня все, ребята,

Будьте ловки и смелы,

И себя вы покажите

С самой лучшей стороны.

5.Конкурс «Лабиринт».

Команда построена в шеренгу, взяться за руки.

По свистку нужно двигаться приставным шагом до отметки и обратно, оббегая препятствия.

6 Конкурс «Переноска арбузов».

Каждая команда имеет 3 мяча разных размеров. Их нужно перенести на другую сторону зала и положить в обруч. Следующий игрок забирает мячи и т.д.

7.Конкурс “Друзья здоровья”

Отгадать загадку, о том, что является друзьями здоровья. Командам загадываются загадки. Если никто из команды не отгадал, то очередь переходит следующей команде.

1.Две сестры летом зелены,

К осени одна краснеет,

Другая чернеет (смородина)

2.Каротином он богат

И полезен для ребят.

Нам с земли тащить не вновь

За зеленый его хвост (морковь)

3.Круглое, румяное,

Я расту на ветке.

Любят меня взрослые

И маленькие детки (яблоко).

4.Кинешь в речку – не тонет,

Бьёшь о стенку – не стонет,

Будешь озимь кидать,

Станет кверху летать (мяч)

5.Деревяные кони по снегу скачут,

В снег не проваливаются (лыжи)

6.Этот конь не ест овса,

Вместо ног 2 колеса.

Сядь верхом и мчись на нем

Только лучше правь рулём (велосипед).

7.Костяная спинка, жесткая щетинка

С мятной пастой дружит,

Нам усердно служит (зубная щетка)

8.Лег в карман и караулит – реву, плаксу и грязнулю,

Им утрет потоки слез, не забудет и про нос.( платок).

9.Конкурс “Полезная привычка”.

Перед каждой командой на противоположной стороне на стуле лежат листочки и ручки. Необходимо добежать до стула, написать на листочках полезные советы для других команд, которые помогают укреплять и сохранять здоровье.

10. конкурс. Собери картошку”.

Участник с ведром бежит до обруча, а до обруча должен пролезть под барьером. Высыпает из ведра картошку (кубики) и бежит, обратно пролезая под барьером. Другой участник делает то же самое, но только собирает картошку ведро.

11. Конкурс «Верхом на коне».

Верхом на гимнастической палке нужно добежать до отметки и обратно.

12. Конкурс “Здоровому все здорово”

Американские ученые выяснили, что когда человек смеётся, в его легкие поступает почти втрое больше воздуха. Кроме того, смех прекрасно тренирует голосовые связки. Так что смейтесь на здоровье! Чья команда заразительнее будет смеяться та и выиграет конкурс.

Ведущий: - Дорогие ребята и гости! Вот и закончились наши спортивные

состязания. Теперь мы попросим уважаемое жюри подвести итоги и назвать победителей.

Жюри подводит итоги.

Слово предоставляется жюри:

-Сегодня проигравших нет,

Есть просто лучшие из лучших.

Пусть в каждом сердце дружбы свет,

Зажжет поступков добрых лучик.

Объявляются итоги в командном зачете спортивного праздника, проводится награждение.

Ведущий 1: Отдохнули мы на славу

Победили все по праву

Похвал достойны и награды

И мы медали вручить вам рады!

Ведущий 2: - Поздравляем команды! Желаем им быть сильными, ловкими, быстрыми и обязательно

дружными.

Песня « Так держать»

Ведущий 1:

-Всем спасибо за внимание

За задор и звонкий смех.

За огонь соревнования

Обеспечивший успех.

Здоровье – неоценимое счастье в жизни любого человека. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, энергию и достичь долголетия.

Надеемся, что сегодня встреча не прошла даром, и вы многое почерпнули из нее.

Все участники команд берут в руки шарики и дарят зрителям и жюри.

Ведущий 2:

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим всем – до свиданья,

До счастливых новых встреч!

- “Здоров будешь – всё добудешь!”

-Так что будьте здоровы!