**Спортивное мероприятие «День Здоровья»**

**Первый этап-** *«Веселые старты»*

**Второй этап-** *младшие классы играют в подвижные игры, старшие классы играют в футбол с командой педагогов.*

Дата проведения: 09.10.15г.

Место проведения: «Остров отдыха» с.Аскиз

Время проведения: с 9ч.30м. до 13ч.30м.

*Ведущий*: учитель физкультуры Чебодаев Э.А.

*Жюри:* Ясюленис Е.Ю. (воспитатель), Топоева Т.А.(педагог-психолог)

*Помощники:* Кошкин Леня, Шайдуров Данил (ученики 6кл.)

**Ведущий:** Добрый день, уважаемые участники праздника, педагоги и учащиеся школы! Приглашаю вас на наш спортивный праздник “День здоровья”, где каждый может посоревноваться в ловкости, быстроте, меткости, силе и находчивости.

День здоровья. Почему такой день существует? Да потому, что здоровье – это самое дорогое, что есть у человека. Но что же такое здоровье? (Выходят ученики и говорят по очереди, что для них значит это слово) - Здоровье – это когда тебе хорошо. - Здоровье – это когда ничего не болит. - Здоровье – это красота. - Здоровье – это сила.

**Ведущий:** Необходимо заботиться о своем здоровье, ибо «Здоровье до того превышает все остальные блага на свете. Здоровье ни за какие деньги не купишь».

Представить жюри, и помощников. Объявить, что конкурсы будут оцениваться по 2-х бальной системе, за 1 место-2 балла, за 2-е место-1 балл и за 3-е место 0 баллов.

Командам необходимо придумать название команд, выбрать капитанов.

**Первый этап - «Веселые старты»**

1. ***«Эстафета с палочкой».***

Три колонны у первых номеров по эстафетной палочке, по сигналу участники бегут до фишек огибают их возвращаются обратно и передают палочку следующему побеждает команда первой прибежавшая к финишу. *(Три эстафетных палочек, три фишек).*

2. ***«Прыгунок»***

Исходная позиция команды: по парам – один занимает положение, сидя, другой находится за спиной стоя.

Правила эстафеты: по команде пара начинает прохождение эстафеты таким образом. Участник, стоящий сзади, перепрыгивает через сидящего, затем они меняются ролями и так до тех пор, пока они, прыгая, не достигнут стоящей впереди кегли. Затем оббегают ее и возвращаются на место обыкновенным бегом. Когда пересекут линию начинает следующая пара *(Кегли-3 шт.)*

1. ***«Лучший баскетболист»***

Каждая команда по очереди стараются попасть в кольцо баскетбольным мячом, за каждое попадание одно очко, побеждает команда набравшая большее число очков. *(Баскетбольное кольцо, конус, 2 баскетбольных мяча)*

4. **«*Гонка мячей под ногами»***

Первый игрок посылает мяч между расставленными ногами игроков назад. Последний игрок каждой команды наклоняется, ловит мяч и бежит с ним вдоль колонны вперед, встает в начале колонны и опять посылает мяч между расставленными ногами и т.д. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету. (*Три баскетбольных мяча)*

5. ***«Полоса препятствий».***

Исходная позиция команды: в колонну по одному.

Правила эстафеты: по команде ведущего участники по очереди бегут по заданной дистанции, оббегая змейкой кегли, перепрыгнуть через кочки, пролезть через туннель, обогнуть фишки и по прямой прибежать обратно, то же самое проделать следующим участникам. Победившей считается команда, первой справившейся с заданием. *(Кегли, дуги, 2 туннели, 3 фишки)*

6. «***Передал - садись!»***

Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 5 - 6 м становятся капитаны. Капитаны получают по волейбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Каждый из них, вернув мяч капитану, приседает. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание. *(Три волейбольных мяча)*

7. ***Вызов игроков (игра на внимание)***

Игроки команд рассчитываются по порядку номеров. Руководитель вызывает номер. Например: 1, затем 5 и т. д. Вызванные игроки бегут до установленного места, там обегают стойку (предмет) и возвращаются обратно. Команда, игрок которой вернулся первым, получает очко. Выигрывает команда, которая получит наибольшее количество очков. *(Три конуса)*

8. ***«Велогонки»*** Велосипед в этой эстафете заменит гимнастическая палка. Палку нужно оседлать сразу двум участникам. Они велосипедисты. Каждому вело-дуэту, удерживая между ногами палку, предстоит доехать до поворотной отметки и обратно, где передают следующему дуэту. Побеждает команда чей последний дуэт первым пересечет линию. *(Три гимнастических палок, три конуса)*

9. ***«Корзина с игрушками»***

Команды выстраиваются в ряд, у первых участников «корзина с игрушками». В 15-20 шагах от обеих команд находятся обручи. По сигналу каждому игроку необходимо добежать до обруча, высыпать игрушки внутри обруча и прибежать обратно передать корзину следующему участнику, который бежит и собирает игрушки в рюкзак бежит обратно передает следующему и т.д. Побеждает команда первой закончившей эстафету. *(Три пакета, игрушки, обручи)*

***Конкурс 1. “Ушки на макушке”***

(Команды слушают внимательно отрывки из сказок и определяют название.)  1 балл за правильный ответ

-Летела стрела и попала в болото.

А в том болоте поймал её кто-то.

Кто, распростившись с зеленою кожею

Сделался милой, красивой, пригожей. (Царевна-лягушка)

-Нет ни речки, ни пруда.

Где воды напиться?

Очень вкусная вода

В ямке от копытца. (Сестрица Алёнушка и братец Иванушка)

-Отворили дверь козлята

И пропали все куда-то. (Волк и козлята)

-На окошке он студился

Взял потом и укатился

На съедение лисе. (Колобок)

-Что за чудо, что за диво

Едут сани без коней? (По-Щучьему велению)

-Заигралась сестрица.

Унесли братишку птицы. (Гуси-лебеди)

10. ***«Бег в мешках»***

У первых номеров в руках мешки по сигналу они надевают мешки на ноги и на двух ногах прыжками продвигаются до конусов, где берут мешки в руки и бегут обратно передают мешки следующему участнику и т.д.*(Три мешка, конусы)*

11. *“****Мяч соседу”.***

Участники команд встают в колонну и по команде начинают передачу мяча таким образом: 1-й поднимает мяч вверх и передает второму,2-й принимает мяч сверху передает его третьему сквозь раздвинутые ноги .и т.д. ,последний ,взяв мяч, бежит вперед и команда поднимает руки вверх , произнесся названия своей команды. *(Три баскетбольных мяча)*

12. ***«Лучший водитель»***

Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих обручи. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии, катит обруч по прямой, до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает обруч следующему участнику, а сам становится в конец своей колонны. *(Три обруча)*

13. ***Космические полеты***

Каждая команда строиться за общей линией старта в колонну по одному во главе с капитаном, Перед каждой колонной на расстоянии 15 м установлена поворотная стойка. У капитана в руках гимнастический обруч. По сигналу он надевает его на пояс и бежит вперед, обегает стойку, возвращается к колонне в обруч пролазит следующий участник и так же бегут обегая конус возвращаются обратно, остальные участники хватаются за обруч по очереди. Побеждает команда первой прибежавшая к финишу. *(Три обруча)*

14. ***"Кузнечики"***

Участники по очереди выполняют прыжок в длину с места, отталкиваясь обеими ногами. С места приземления участника, прыжок делает следующий участник и т.д. Выигрывает команда, которая дальше прыгнет.

***Каждой команде предстоит ответить на 4 вопроса и получить максимальное количество баллов (на время)***

*Вопросы и ответы для 1 команды:*

1. Зимняя спортивная игра (хоккей)

2. Летние коньки (ролики)

3. Главный человек на спортивной площадке (судья)

4. Вредная привычка (курение)

*Вопросы и ответы для 2 команды:*

1. Летающий шприц (комар)

2. Жидкость, выжатая из овощей и фруктов (сок)

3. Липкое перевязочное средство (пластырь)

4. Куда нужно забивать гол (в ворота)

*Вопросы и ответы для 3 команды:*

1. Зимняя спортивная площадка (каток)

2. Простейший способ очистки воздуха в помещении (проветривание)

3. Его не купить ни за какие деньги (здоровье)

4. Пчела в тельняшке (оса)

15. ***«Перетягивание каната»*** *(канат)*

*Слово предоставляется жюри, награждение команд.*

**Второй этап - подвижные игры игра в футбол.**

Подвижные игры с младшими классами проводят воспитатели и учителя, старшие классы играют в футбол с командой педагогов.

**Подведение итогов «Дня здоровья»:** Слово предоставляется директору школы-интернат, зам. директора по УВР и учителю физкультуры.