**Игра по станциям «Здоровье нации!»**

**Цели и задачи:**

1. Развитие спортивно-массовой работы в школе, пропаганда здорового образа жизни.

2. Повышение интереса к физическому совершенствованию своего организма.

3. Всестороннее развитие учащихся игровым методом.

4. Привлечение к активному образу жизни учащихся всех групп здоровья.

**Участники соревнований:** в соревнованиях принимают участие команды 1-11 классов.

**Форма:** спортивная.

**Оборудование:** столы, маршрутные листы, сводная таблица.

**Место проведения:** спортзал

**Дата проведения:** 09.09.2017 г

**План проведения:**

Соревнования по станциям:

1. Прыжки на скакалке

2. Собери пословицу

3. Медицинская

4. Меткий

5. Здоровье

6. Спортивная

**Подведение итогов, награждение.**

Сценарий мероприятия:

***Игра по станциям «Здоровье нации!»***

**Ведущий:** Здоровье-это главное, что необходимо охранять и укреплять. Однако порой мы не знаем, как это сделать, или не обращаем на это внимание. Здоровье в большей степени зависит от самого человека, от его образа жизни и стиля поведения.

**Ведущий:** Мы предлагаем вам отправиться в страну «Здоровья». На пути вам встретятся станции: *Прыжки на скакалке; Собери пословицу; Медицинская; Меткий; Здоровье; Спортивная*

Выдача маршрутных листов. Команды отправляются в путешествие по станциям.

**Станция 1. Прыжки на скакалке**

На это задание каждому участнику дается 30 секунд. В маршрутный лист записывается общее кол-во прыжков команды

**Станция 2. «Собери пословицу»**

Из предложенных слов нужно собрать пословицу о здоровом образе жизни.

Холода не бойся, сам по пояс мойся.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

В здоровом теле здоровый дух.

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.

Солнце, воздух и вода - наши верные друзья.

Начинай новую жизнь не с понедельника, а с утренней зарядки.

Крепок телом - богат и делом.

Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.

Пешком ходить — долго жить.

Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.

***Система оценки***: оценивается количество правильно воспроизведенных пословиц. За каждую пословицу -1 балл

**Станция 3. «Медицинская»**

Оказать первую помощь при сильной кровопотере конечности руки - наложить жгут (выше раны, поверх одежды); наложения жгута на бедро.

За правильное выполнение задания- 10 баллов

**Станция 4. «Меткий».**

Участники каждой команды по очереди кидают дротиком в мишень. Каждому участнику дается 1 попытка. Общая сумма попаданий заносится в маршрутный лист.

**Станция 5. «Здоровье**

Команде за 1 минуту необходимо к каждой букве слова «ЗДОРОВЬЕ» подобрать как можно больше других слов, имеющих отношение к здоровому образу жизни. Например, буква «3» - зарядка, закалка, задор и т.д.

За правильный ответ на каждую букву – 0,5 баллов.

(Д - диета, душ, дорожка, доктор и т.д.;

О - отдых, обед, оптимизм и т.д.;

Р - режим, работа и т.д.;

О - операция, олимпиада, облик и т.д.;

В - вода, витамины, выносливость и т.д.;

Е - езда, еда.)

**Станция 6. «Спортивная»**

Перетягивание каната.

*Подведение итогов, награждение.*

Приложение

**Станция 2. «Собери пословицу»**

Из предложенных слов нужно собрать пословицу о здоровом образе жизни.

***Система оценки***: оценивается количество правильно воспроизведенных пословиц. За каждую пословицу - 1 балл

Холода не бойся, сам по пояс мойся.

Кто спортом занимается, тот силы набирается.

Солнце, воздух и вода помогают нам всегда.

Кто любит спорт, тот здоров и бодр.

В здоровом теле -здоровый дух.

Смолоду закалишься, на весь век сгодишься.

Солнце, воздух и вода -наши верные друзья.

Начинай новую жизнь не с понедельник, а с утренней зарядки.

Крепок телом - богат и делом.

Со спортом не дружишь - не раз о том потужишь.

Пешком ходить — долго жить.

Отдай спорту время, а взамен получи здоровье.

**Игра по станциям «Здоровье нации!»**

**МАРШРУТНЫЙ ЛИСТ \_\_\_\_\_\_\_ КЛАССА (команда)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **НАЗВАНИЕ СТАНЦИИ** | **КАБ.** | **ОТВ. Фио** | **ОЦЕНКА** | **ПОДПИСЬ** |
|  | *Медицинская* | каб. 312 | Плявго А.В |  |  |
|  | *Собери пословицу* | Каб. 303. | Мышко Г.В. |  |  |
|  | *Прыжки на скакалке* | спортзал | Герасюк О.В. |  |  |
|  | *Меткий* | спортзал | Гладкий В.Б. |  |  |
|  | *Здоровье* | Коридор 2 этаж | Начальная школа |  |  |
|  | *Спортивная* | спортзал | Начальная школа |  |  |
| Общее кол-во баллов: | | | | | |

**Игра по станциям «Здоровье нации!»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **НАЗВАНИЕ СТАНЦИИ** | **КАБ.** | **ОТВ. Фио** | **ОЦЕНКА** | **ПОДПИСЬ** |
|  | Прыжки на скакалке | спортзал | Герасюк О.В. |  |  |
|  | Меткий | спортзал. | Гладкий В.Б. |  |  |
|  | Здоровье | Коридор  2 этаж | Севец Н.В. |  |  |
|  | Собери Пословицу | Каб. 303 | Мышко Г.В. |  |  |
|  | Медицинская | каб. 312 | Плявго А.В. |  |  |
|  | Спортивная | спортзал | Гладкий В.Б., Плявго А.В. |  |  |
| Общее кол-во баллов: | | | | | |

**МАРШРУТНЫЙ ЛИСТ \_\_\_\_\_\_\_ КЛАССА(Команда)**