**Тема: В поисках здоровья**

**Цель:** популяризация физической культуры, массового спорта и активного отдыха детей в шестой школьный день.

**Задачи:**

1. Формировать у обучащихся привычки здорового образа жизни и выработка у них правильных двигательных действий в процессе физического воспитания.
2. Воспитывать чувство коллективизма взаимопомощи, самодисциплины, воли внимания.
3. Укреплять здоровье, развивать физические качества у подрастающего поколения, содействовать гармоническому, физическому развитию обучающих*.*

**Форма проведения:** спортивные состязания

**Место проведения:** спортивная площадка

**Оборудование:** эстафетные палочки, теннисные мячи, волейбольные мячи, картонки, музыкальная аппаратура

**Участники:** учащиеся 1–4-х классов

**Педагог:** Саросек Мария Станиславовна

**Учреждение образования:** государственное учреждение образования «Макаровский учебно-педагогический комплекс ясли-сад – средняя школа»

**Время проведения и продолжительность мероприятия:** шестой школьный день, 1 час 30 минут

**Ход мероприятия**

*Звучат фанфары*, *дети строятся на спортивной площадке, выходят ведущие*

**Ведущий 1.**

Что такое отдых?

Это много света,

Это поле, это лес,

Это тысячи чудес,

Это в небе облака,

Это быстрая река,

Это яркие цветы,

Это синь высоты,

Это в мире сто дорог

Для ребячьих ног.

**Ведущий 2.** Добрый день, дорогие друзья! Вот и наступила долгожданная суббота, когда у каждого ребёнка появляется много времени для отдыха.

**Ведущий 1.** Мы рады сегодня приветствовать вас на нашем спортивном празднике, празднике мира, спорта и здоровья!

**Ведущий 2.** Сегодня вам предстоит участвовать в различных конкурсах, показать ловкость, силу, быстроту и смекалку. Мы выбираем спорт!

**Ведущий 1.** Мы выбираем здоровый образ жизни.

*На площадку выходят ростовые куклы, которые проводят с детьми игру-разминку (фото 2)*

1. Ох, сколько ребятни на празднике собрались! Надо бы нам всем познакомиться. Слушайте меня внимательно, как только имя свое услышите, сразу действуйте, договорились!

Саши, Танечки и Вали –

Руки дружно все подняли!

Вадики все, Коли, Оли –

Громко – громко завизжали!

Лены, Светы и Сережи-

Все в ладоши хлопаем!

Павликам стоять негоже, −

Все ногами топаем.

Димы, Юры и Ларисы-

Дружно, громко засвистели!

Наташи, Дани и Оксаны –

Поскорее все присели!

Кати, Даши и Настены –

Ну-ка помяукайте!

Игори, все Алексеи –

Ну-ка похрюкайте!

Про кого я не сказала.

И сегодня промолчала,

Как единая семья,

Дружно, громко крикнем: “Я”!

Вот и познакомились! Настроение хорошее? (ответ детей) Отлично! Тогда я предлагаю вам отправиться в страну Спортиграландию. В этой прекрасной стране разрешено бегать, прыгать, веселиться. Вы согласны? (ответ детей). Тогда в путь!

И я предлагаю вам игру “Мы пойдем”

***Игра “Мы пойдем…”(фото 3)***

Мы пойдем сначала влево: раз, два, три!

А потом пойдем направо: раз, два, три!

А потом мы все потопаем: раз, два, три!

А потом мы все похлопаем: раз, два, три!

А потом мы все разойдемся: раз, два, три!

А потом мы все сойдемся: раз, два, три!

**Ведущий 2.** Итак, весёлыми аплодисментами насвстречают в прекрасной стране Спортиграландия. И прежде чем начать наш праздник, мы должны дать клятву.

**Ведущий 1.** Если вы согласны с нашими высказываниями, вы должны прокричать клянёмся. Всем понятно (фото 4)

**Ведущий 2.** Начинаем, клянётесь ли вы участвовать в состязаниях, соблюдая правила по которым они проводятся, уважая слабого соперника.

**Все**: Клянёмся.

**Ведущий 1.** Клянётесь ли вы соблюдать наш девиз: “Быстрее! Выше! Сильнее!”.

**Все**: Клянёмся.

**Ведущий 2.** Клянётесь ли вы соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды.

**Все**: Клянёмся.

**Ведущий 1.** Клянётесь ли вы делить радость победы и полученные призы с друзьями.

**Все**: Клянёмся. Клянёмся. Клянёмся.

**Ведущий 2**. Праздник, посвящённый дню здоровья «В поисках здоровья», считается открытым.

***Выходят дети и читают стихотворения***

**1-ый чтец.** Здравствуй, суббота!

Суббота радужного цвета!

Всем родная, близкая

Суббота олимпийская!

**2-ой чтец.** Хорошо проходят субботы у ребят!

Парки, стадионы нас к себе манят,

Игры, состязания, новые друзья.

Этих дней веселых позабыть нельзя!

**3-ий чтец.** Нам живется лучше всех,

С нами спорт, здоровье, смех!

**Ведущий 1.** А с чего начинаются победы и рекорды?

**Ведущий 2.** Как! Разве ты не знаешь? Конечно же, с утренней зарядки!

**Ведущий 1.** Я хочу, друзья, признаться,

Что люблю я по утрам

Физзарядкой заниматься,

Что советую и вам.

Всем зарядку делать надо,

Много пользы от нее.

А здоровье – вот награда,

За усердие твое.

**1-ый конкурс «Веселая зарядка»** **(фото 5)**

**Ведущий 2.** Наш первый конкурс «Веселая зарядка». Жюри оцениваются музыкальность, артистичность, пластичность (комплекс утренней зарядки дети подготовили заранее).

**Ведущий 1.** Молодцы, ребята! Пока жюри подводит итоги, подарим друг другу веселую песню.

*Звучит песня «Улыбка» муз. В.Шаинского Жюри объявляет итоги конкурса (все конкурсы оцениваются по пятибалльной системе).*

**Ведущий 2.** Если хочешь быть умелым,

Ловким, быстрым,

Сильным, смелым,

Научись любить скакалку,

Мячик, обручи и палку!

**Ведущий 1.** Никогда не унывай!

Дух и тело закаляй!

Вот здоровья в чем секрет!

Мы вам шлем физкульт…

**Все:** ПРИВЕТ!

***2-й конкурс «Футболисты» (фото 6-7)***

Первый участник с помощью гимнастической палки ведет теннисный мяч, по пути обводит три набивных мяча, у поворотной стойки забивает «шайбу» в ворота (перевернутый барьер), обегает поворот, бегом возвращается назад, передает эстафету второму. Второй участник огибает поворот, вынимает клюшкой «шайбу» из «ворот» и ведет ее назад, по пути обыгрывая трех «защитников» (набивные мячи на линии движения).

*Жюри подводит итоги конкурса.*

**Ведущий 2.** Мы соперники на старте,

А на празднике – друзья!

Мы – спортсмены-олимпийцы,

Вместе – дружная семья!

**Ведущий 1.** Быстро за руки возьмемся

И в одно кольцо сольемся.

Руки ближе – меньше круг:

Ты мой друг, и я твой друг!

***3-й конкурс «Загадки»*** *(каждой команде загадываются по очереди загадки на спортивную тему)*

Просыпаюсь утром рано,

Вместе с солнышком румяным

Заправляю сам кроватку,

Быстро делаю … *(зарядку).*

Обогнать друг друга рады

Ты смотри, дружок, не падай!

Хороши они, легки,

Быстроходные … *(коньки).*

На снегу две полосы.

Удивились две лисы.

Подошла одна поближе:

«Здесь бежали чьи-то …» *(лыжи).*

Он бывает баскетбольный,

Волейбольный и футбольный.

С ним играют во дворе,

Интересно с ним в игре.

Скачет, скачет, скачет, скачет!

Ну конечно, это... *(мячик)*

Воздух режет ловко-ловко,

Палка справа, слева палка,

Ну а между них веревка.

Это длинная... *(скакалка)*

Соревнуемся в сноровке,

Мяч кидаем, скачем ловко,

Кувыркаемся при этом.

Так проходят... *(эстафеты)*

Мы, как будто акробаты,

Делаем прыжки на мате,

Через голову вперед,

Можем и наоборот.

Нашему здоровью впрок

Будет каждый... *(кувырок)*

Мы физически активны,

С ним мы станем быстры, сильны...

Закаляет нам натуру,

Укрепит мускулатуру.

Не нужны конфеты, торт,

Нужен нам один лишь... *(спорт)*

Борьбу за выигрыш, признание

Зовем мы все... *(соревнованием)*

Выиграть в соревнованиях —

Это наше кредо.

Мы не требуем признания,

Нам нужна... *(победа)*

Победитель в спортсоревнованиях,

Впереди все время только он.

Как звучит, скажите, гордое название?

Знают все, что это... *(чемпион)*

На команды нас разбили

И дают задание.

Мы участвуем впервые

В спорт... *(соревнованиях).*

*Жюри подводит итоги конкурса*

**Ведущий 2.** Спортивные люди – они так красивы.

В них столько энергии, бодрости, силы.

Ты хочешь на них быть хоть каплю похожим?

Лишь спорт тебе в этом отлично поможет!

**Ведущий 1.** Здоровье усилит, успехов прибавит.

От скуки, безделья тебя он избавит.

Поверь ты в себя и добейся высот.

О чем ты мечтал, даст тебе только спорт

***4-ый конкурс «Эстафетная палочка» (фото 7)***

Команды стоят в колонну по одному. По сигналу ведущего первые участники бегут дистанцию, держа в руках эстафетную палочку, затем возвращаются и передают палочку следующим игрокам. Эстафета заканчивается, когда все участники вернутся на свои места.

**Ведущий 2.** Спорт – это жизнь. Это легкость движенья.

Спорт вызывает у всех уваженье.

Спорт продвигает всех вверх и вперед.

Бодрость, здоровье он всем придает.

Все, кто активен и кто не ленится,

Могут со спортом легко подружиться

***5-ый конкурс «Островки» (фото 8)***

У каждой команды 2 листа толстого картона. Чтобы попасть в страну Спортиграландию, нужно перебраться через болото по «островкам». Стоя на одном листе картона, надо перешагнуть на другой, укладывая его перед собой. Лист картона, который оказался сзади, нужно взять и переложить снова перед собой. Так нужно продвигаться вперёд. Назад возвращаться бегом с двумя листами картона в руках. Какая команда выполнит задание быстрее?

**Ведущий 1.** Спортивным быть теперь вновь модно!

Со спортом много ты поймёшь:

Спорт – и здоровье без таблеток,

Спорт – и веселье без забот.

С друзьями спортом заниматься,

Поверь, реально круглый год!

**Ведущий 2.** Мороз – коньки ты одеваешь,

Затем на лыжи уж встаёшь!

Попробуй делать каждый день

Зарядку утром! Будет лень

Вначале, но привыкнешь скоро…

Здоровым станешь – это клёво!

***6-ый конкурс «Волейбол и футбол» (фото 9)***

На линии эстафеты устанавливаются кегли. Участник должен, ведя мяч, как волейболист, обойти кегли и добежать до финиша. Назад мяч ведёт по прямой линии как футболист. У линии старта он передаёт мяч следующему члену команды. Побеждает команда, которая в полном составе быстро и правильно прошла маршрут.

**Подведение итогов. Слово жюри.**

**Ведущий 1.** Конкурсные задания выявили все лучшие качества участников команд. Все оказались ловкими, смелыми, находчивыми веселыми.

**Ведущий 2.** Соревновались все на славу,

Победители по праву.

Похвал достойны и награды,

И мы призы вручить вам рады.

Благодарим вас за участье!

Вот сувениры вам на счастье!

**Награждение победителей (вручение призов)**

**Ведущий 1.** Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим вам: «До свиданья!

До счастливых, новых встреч!»