Сценарий спортивного праздника «День здоровья и спорта»

Будников Дмитрий Михайлович, педагог дополнительного образования,
Дом детского творчества г. Усолье-Сибирское

Цель: формирование у обучающихся потребности в здоровом образе жизни.

Задачи:

- создание положительного настроя и благоприятной обстановки для обучения и воспитания учащихся;
- стимулирование желания школьников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.
- привлечение учащихся к занятиям различными видами спорта;
- проведение оздоровительных мероприятий, нацеленных на укрепление организма детей и подростков
- повышение сопротивляемости организма детей и подростков к различным заболеваниям, работоспособности школьников, продуктивности их обучения.

Оформление:

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».

Ход мероприятия

Ведущий: Добрый день, дорогие друзья! Сегодня, 7 апреля, на всей планете люди отмечают Всемирный день здоровья. В этот день во всем мире проходят спортивные соревнования и праздники, чтобы дети всей планеты росли здоровыми и крепкими, смелыми и отважными, ловкими и сильными!

Ведущий: Внимание! Внимание!

Звучит спортивный марш, команды выходят

На площадку вышли дети

Идут они бодро, твердый шаг.

Открываем торжественный праздник,

Равнение на российский флаг.

Почетное право внесения флага предоставляется одному из лучших спортсменов.

Внесение флага.

Звучит гимн РФ

Сколько спортсменов в этом зале

Разгорится здесь игра.

Ловкость, выдержку и смелость

Показать давно пора.

Ведущий: Равняйсь, смирно! Командам приготовиться к перекличке.

Перекличка: ведущий называет команду, участники хором кричат название своей команды.

ПРИВЕТСТВЕННОЕ СЛОВО ДИРЕКТОРА ДДТ

ПРИВЕТСТВЕННЫЕ СЛОВА ПОЧЕТНЫХ ГОСТЕЙ

Ребята, а почему такой день существует? Да, потому что здоровье – это самое дорогое, что есть у человека. Но, что, же такое здоровье?

Здоровье – это когда тебе хорошо!

Здоровье – это когда ничего не болит!

Здоровье – это красота!

Здоровье – это сила!

Здоровье – это гибкость и стройность!

Здоровье – это выносливость!

Здоровье – это гармония!

Здоровье – это когда утром просыпаешься бодрым и веселым!

Здоровье – это когда ты с радостью выполняешь любую работу!

Здоровье – это когда ты радуешься жизни!

Ведущий: Ребята! Все слышали, чтобы быть здоровым необходимо как можно больше двигаться. Ведь недаром говорят: «Движение – это жизнь». Я предлагаю вам всем немного подвигаться, размять свое тело. Ведь утро нужно начинать с зарядки. Для чего нужна зарядка?

Ведущий командует «На зарядку - становись!» и вместе со всеми учащимися, выполняет комплекс утренний зарядки).

Ведущий: Молодцы! Вижу, что многие из вас делают физзарядку, занимаются спортом.

Спорт, ребята, всем нам нужен.

Мы со спортом крепко дружим!

Спорт – помощник!

Спорт – здоровье!

Спорт – игра!

Всем физкульт – ура!

Ведущий: А теперь продолжаем день здоровья, и приступаем к нашим эстафетам.

1.Эстафета: «Прыжки на скакалке»

(Прыгаем на скакалке до конуса и обратно)

Инвентарь: (скакалки, конусы)

2.Эстафета: «Скамейки»

(пробежать по скамейке, 2 кувырка на матах, оббежать конус)

Инвентарь: (скамейки, маты, конусы)

3.Эстафета: «Прыжки»

(прыжки через барьеры, возвращение назад ведение мяча)

Инвентарь: (барьеры, мячи б/б, конусы)

А теперь пока команды отдыхают вопросы для болельщиков:

1.Как называется начало забега? **(старт)**

2.Как называется окончание забега? **(финиш)**

3.Назовите виды спорта, начинающиеся на букву «б»?

(баскетбол, бадминтон, бейсбол, биатлон, бобслей, бокс, борьба)

4.Назовите виды спортивных мячей?
(баскетбольный, футбольный, волейбольный, гандбольный, ватерпольный, теннисный, бейсбольный, для хоккея на траве, гольф, конное поло)

5.Назовите Родину олимпийских игр? **(Греция)**

6.Где и как зажигается олимпийский огонь? **(в Греции от солнечных лучей)**

7.Что такое паралимпийские игры? **(игры для инвалидов)**

8.Назовите цвета олимпийских колец? **(зеленый-Австралия, черный-Африка, красный-Америка, желтый-Азия, голубой-Европа)**

Загадки:
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 физически активны,
С ним мы станем быстры, сильны...
Закаляет нам натуру,
Укрепит мускулатуру.
Не нужны конфеты, торт,
Нужен нам один лишь... **(спорт)**

Выиграть в соревнованиях —
Это наше кредо.
Мы не требуем признания,
Нам нужна... (**победа)**

Победитель в спорт соревнованиях,
Впереди все время только он.
Как звучит, скажите, гордое название?
Знают все, что это... **(чемпион)**

Подтянуться мне непросто,

Я же небольшого роста.
Знает каждый ученик,
Что подтянет нас... **(турник)**

На уроке с ним можно играть,
Катать его и вращать.
Он будто бы буква «О»:
Круг, а внутри — ничего**. (обруч)**

Ноги и мышцы все время в движении -
Это не просто идет человек.
Такие вот быстрые передвижения
Мы называем коротко — ... **(бег)**

Ноги, руки — все в движении,
Я ползу под потолок,
Мышцы — просто напряжение —
Сам себя поднять я смог.
Подо мной постелен мат,
Вверх я влез. Помог**... (канат)**

Мяч в кольце! Команде гол!
Мы играем в... **(баскетбол)**

4.**Эстафета «Перекати-поле».**

(Бежать спиной вперед и с помощью обруча катить мяч до конуса и обратно)

Инвентарь: (обручи мячи конусы)

5.**Эстафета «Прыжки на надувных мячах».**

Инвентарь: (надувные мячи конусы)

6.**Эстафета «Тараканчики».**

(На руках дойти до конуса обратно бегом.)

7.**Эстафета: «Посиделки».**

(Участники садятся на гимнастическую скамейку в затылок друг за другом и передают над головой сидящему сзади мяч последний с мячом бежит и садится вперед перед командой опять передавая мяч.)

Инвентарь: (скамейки, мячи).

Наши эстафеты закончены, и мы переходим к награждению.

Определение победителей соревнований, награждение:

Победителей определяют по лучшим результатам и награждают медалями и дипломами.

НАГРАЖДЕНИЕ

Ведущий: Друзья! Несмотря на результаты сегодняшних состязаний, все участники и болельщики получили заряд бодрости и хорошего настроения!

Вот и закончился наш спортивный праздник, сегодня мы стали еще более сильными, выносливыми и смелыми. Мы желаем Вам, чтобы «День Здоровья» у вас был каждый день: и в школе, и дома.

Растите крепкими, здоровыми и ловкими!