

СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «День здоровья»

Дата проведения: 7.04.21г.

Место проведения: спортивный зал, школьный двор.

Участники мероприятия: 5-11 классы

Цели:

- Пропагандировать здоровый образ жизни
- Заинтересовать учащихся изучением вопросов здоровья
- Развивать творческие способности
- Обучать общению
- Пропаганда культуры здоровья

Подготовительная работа:

- Разработка сценария
- Подготовка участников
- Оформление выставки рефератов о здоровом образе жизни
- Оформление зала

Оборудование:

- Плакаты
- Спортивные костюмы
- Спортивный инвентарь

Ход мероприятия:

1. Оформление стенгазет на тему ЗОЖ и спорта. 5-11 классы

2. Веселые старты. 5-6 классы.

Ведущий : Сегодня мы собрались, чтобы провести открытое мероприятие для всех обучающихся школы, посвященное Дню здоровья.

ЗДОРОВЬЕ - Это данный с рождения бесценный дар, который преподносит человечеству природа. Это высшее благосостояние человека. Без него практически невозможно сделать нашу жизнь интересной и счастливой. Многие люди растрачивают этот дар впустую, порою забывая, что потерять здоровье очень легко, а вот вернуть его очень и очень трудно, а иногда и невозможно.

Народная мудрость гласит:

«Главное для нашего здоровья - это то, чтобы в числе его врагов не оказались мы сами».

Согласны ли вы с этой мудростью.

- От кого зависит в первую очередь здоровье человека?

(Ответы)

- эстафета «Попрыгунчики» (Мяч)

Первый участник от каждой команды зажимает мяч между ног и прыгая вместе с ним, обегая стойку, возвращается назад. Передает мяч следующему участнику. Руками мяч держать нельзя! Если мяч падает, необходимо остановиться и поправить мяч, только затем продолжить движение. Побеждает та команда, которая закончила эстафету первой и с наименьшим количеством ошибок.

- эстафета «Ловкачи» (ложка и теннисный шар)

Команда стоит в колонну по одному. В руках у первого игрока шарик для пин-понга и ложка. Его задача пронести шар на ложке до фишки и обратно, а затем передать шар следующему участнику. Как только все участники команды выполнили это задание эстафету можно считать оконченной.

Правила:

1 - если уронили теннисный шарик, то поднимаете его и продолжаете бежать с того места где уронили

- эстафета «Кузнечики» (Скакалка)

Участник добегают до середины зала, где лежит скакалка, выполняет 10 прыжков, добегают до поворотной стойки, возвращается и передает эстафету товарищу.

- эстафета «Гонка мячей под ногами».

Игроки делятся на 2 команды. 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.

- эстафета «Гонка мячей».

Играющие делятся на две, три или четыре команды и становятся в колонны по одному. У стоящих впереди по баскетбольному мячу. По сигналу руководителя начинается передача мячей назад. Когда мяч дойдет до стоящего сзади, он бежит с мячом в голову колонны (все делают шаг назад), становится первым и начинает передачу мяча назад и т. д. Игра продолжается до тех пор, пока каждый из игроков команды не побывает первым. Надо следить за тем, чтобы мяч передавался с прямыми руками с наклоном назад, а дистанция в колоннах была бы не менее шага.

Ведущий : Надеемся, что сегодня встреча не прошла даром, и вы многое почерпнули из нее. Ведь “Здоров будешь – всё добудешь!”

**3.Товарищеские встречи по волейболу среди девушек 9-11 классы.
(спортзал)**

**4. Товарищеские встречи по пионерболу среди девушек 7-8 классы.
(спортзал)**

**5. Товарищеские встречи по футболу среди юношей 7-8, 9-11 классы.
(школьный двор)**

