Негосударственное образовательное учреждение «Школа – интернат №11 среднего (полного) общего образования открытого акционерного общества «Российские железные дороги»

**Внеклассное мероприятие**

**«Веселые старты»**

Воспитатель: Ознобихина Н.В.

г. Артёмовский, 2013 год

Внеклассное мероприятие
«Веселые старты»
Цели: укреплять здоровье учащихся, развивать их физические способности, прививать интерес к спорту, вести пропаганду здорового образа жизни.
Оборудование: музыкальное оформление; кегли, обручи, цветные кубики или игрушки, флажки; плакаты с пословицами; призы или грамоты, оформление спортивного зала плакатами, рисунками о спорте.

Ход праздника
1.Вступление. Звучит музыка «На зарядку становись»
- Сегодня собрались, чтобы провести веселые старты. Здоровье – это занятие спортом, физкультурой, закаливание, ведение здорового образа жизни и, конечно, знания и дружба, сплоченность, которые помогут вам все преодолеть. Возможно, кто-нибудь из вас станет спортсменом, возможно, знаменитым и будет защищать честь своего края или даже страны, как делали в этом году на Олимпийских играх российские спортсмены.

2. –Итак, начинаем. В спортивных соревнованиях могут участвовать все и приносить своей команде, за которую будете болеть, очки.
Разминка. Загадки для всех.
\* Проложили две дорожки, \*Очень чудные ботинки
Чтоб по снегу мчались ножки, Появились у Иринки,
Быстрые, новые Не годятся для ходьбы,
Ножки те кленовые (лыжи) В них по льду кататься бы (коньки)
\* На каток идут зимой. \*Две ракетки и волан,
Что же делать в летний зной? Пышный, точно сарафан.
Пригодятся Коленьке Высоко волан взлетает –
С колесиками …(ролики) Сильно Лена отбивает (бадминтон)
\*Ах, какой огромный стол!
Для каких обедов он?
Нет, обедать здесь не станем:
Сетку туго мы натянем –
Скачет шарик там и тут.
Как игру эту зовут? (настольный теннис)
3.Представление жюри.
- Ни одно соревнование не обходится без судей. Сегодня судить команды будут (представление членов жюри).
Пусть жюри весь ход сраженья
Без промашки проследит.
Кто окажется дружнее,
Тот в бою и победит.
**4.Представление команд.**- А теперь приглашаются команды. За каждое представление команды получают очки.
Приветствие и представление каждой команды: название, девиз, капитан команды (название, девиз и выбор капитана учащиеся готовят самостоятельно).
Девизы:

\* Здоровье в наших руках.
\* Спорт, ребята, очень нужен.
Мы со спортом крепко дружим.
\* В здоровом теле – здоровый дух.
Вместе: Спорт – помощник!
Спорт – здоровье!
Спорт – игра!
Всем, всем – физкульт-ура!
 **Конкурсная программа***1 конкурс «Бег с кеглями»*
Команды получают по одной кегле. Игрок должен добежать до финиша с кеглей, обежать флажок, вернуться и передать кеглю следующему игроку.
- Жюри следит за правильностью выполнения и за соблюдением техники безопасности: не толкаться, не ставить подножки.
**5.Выступления болельщиков**.
- Пока жюри подсчитывает очки, послушаем болельщиков
Чтоб расти и закаляться Нам пилюли и микстуру
Не по дням, а по часам, И в мороз, и в холода
Физкультурой заниматься Заменяют физкультура
Заниматься надо нам. И холодная вода.
Не боимся мы простуды,
Нам ангины нипочем.
Мы коньки и лыжи любим,
Дружим с шайбой и мячом.
- Подведение итогов конкурса.
*2 конкурс «Передача мяча»*Игроки стоят на своих местах, держат руки над головой. Нужно по очереди передать мяч над головой, последний игрок с мячом становится в начале команды и передает мяч. Побеждает та команда, которая быстрее передаст мяч.
**6.Выступления болельщиков.**- С советом о том, что нужно делать, чтобы быть здоровым, выступит 1 класс.
1.Чтобы быть всегда здоровым, 3. Надо кушать помидоры,
Бодрым, стройным и веселым, Фрукты, овощи, лимоны,
Дать совет я вам готов, Кашу – утром, суп – в обед,
Как прожить без докторов. А на ужин – винегрет.
2.Надо спортом заниматься, 4. Быть здоровым, быстрым, ловким
Умываться, закаляться, Нам помогут тренировка,
Лыжным бегом увлекаться Бег, разминка, физзарядка
И почаще улыбаться. И спортивная площадка.
- Подведение итогов конкурса.
*3 конкурс «Бег змейкой с мячом»*
Каждый член команды должен пробежать змейкой между расставленными кеглями с мячом в руках, на финише ударить мячом об пол и поймать его, добежать до следующего игрока и передать ему мяч броском от отметки.
**7.Выступления болельщиков**
Игр веселых много знаем.
С удовольствием играем
В эти игры всякий раз,
Поиграем и сейчас.
- Если согласны, говорите хором: «Это я, это я, это все мои друзья!»
Если не согласны – молчите.
\*Кто из вас всегда готов жизнь прожить без докторов?
- Это я, это я , это все мои друзья.
\*Кто не хочет быть здоровым,
Бодрым, стройным и веселым?
\*Кто из вас не ходит хмурый,
Любит спорт и физкультуру?
\*Кто мороза не боится,
На коньках летит, как птица?
\*Ну а кто начнет обед
С жвачки импортной, конфет?
\*Кто же любит помидоры,
Фрукты, овощи, лимоны?
\*Кто поел и чистит зубки
Ежедневно дважды в сутки?
\*Кто из вас, из малышей,
Ходит грязный до ушей?
\*Кто, согласно распорядку
Выполняет физзарядку?
-Подведение итогов конкурса.
*4 конкурс «Кто быстрее?»*
Игроки по очереди прыгают на двух ногах до обруча, пролазят через него и бегут обратно.
**8 Выступление болельщиков**.
Сложить пословицы о здоровье и спорте. Болельщикам каждой команды раздаются разрезанные на слова пословицы. Какая команда болельщиков быстрее соберет пословицу.
\*Здоровье дороже богатства.
\*В здоровом теле – здоровый дух.
\*Здоровье в порядке – спасибо зарядке.
-Помогают учителя. Правильным ответом можно помочь той команде, за которую болеют, прибавив 1 очко.
*5 конкурс «Перенеси предмет»*- Проверим, чья команда самая дружная, сплоченная.
На старте стоят у каждой команды 6 предметов (кубики или любые игрушки), до финиша расположены гигантские следы босых ног. Необходимо взять один предмет и прыгая по следам, донести его до финиша и поставить в обруч, вернуться. Выигрывает та команда, которая перенесет быстрее всех.
**9 Выступление болельщиков.**- Подошли к концу соревнования. Прослушаем о здоровье и спорте частушки, которые помогут поднять настроение и дать полезный совет.
Частушки.
1.Если денег не имеешь, 2.Эх, топну ногой
Со здоровьем вдруг беда, Да притопну другой,
Вылечить тебя сумеют Облилась водой холодной –
Смех, зарядка и вода! Снова стала молодой!
3.Прыгать, бегать и играть 4. Эх, топни нога,
Физкультура учит. Топни, правенькая,
Может, кто-нибудь из нас Все равно спортсменкой буду,
И медаль получит. Хоть и маленькая.
5. Веселитесь, не стесняйтесь! 6. Пожелаем вам здоровья,
Там, где смех, печали нет! Чтобы боли все ушли.
Больше двигаться старайтесь, Завершаем петь частушки,
Свой храня менталитет. Просим хлопать от души.
**10 Подведение итогов.**
Отдохнули мы на славу, В мире нет рецепта лучше:
Победили вы по праву. Будь со спортом неразлучен.
Похвал достойны и награды, Проживешь ты до ста лет!
И мы призы вручить вам рады. Вот тебе и весь секрет.
- Вручение призов.

День здоровья "На природу в лес пойдем". Сценарий мероприятия для детей и родителей

"Дни здоровья" – неотъемлемая часть оздоровительной программы в дошкольном учреждении. В МДОУ «Детский сад компенсирующего вида "Родничок"» они входят в состав целой системы физкультурно-оздоровительных мероприятий как одна из форм работы с воспитанниками ДОУ и их родителями. Основная задача данных мероприятий – привлечь родителей к участию в совместных с детьми праздниках. Только благодаря личному участию они могут понаблюдать за своим ребенком в коллективе, оценить уровень его физической подготовки. Веселая и задорная атмосфера таких дней передается не только воспитанникам, но и взрослым, что способствует пробуждению у них интереса к общению со своими детьми.