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.