КГБУ «Алтайский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей,

 им. В.С. Ершова»

|  |
| --- |
| СЦЕНАРИЙ СПОРТИВНОГО ПРАЗДНИКА «ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ»:**"Здоровым быть здорово!"**» Составитель:Симаева Лариса НиколаевнаВоспитательС.Алтайское, 2019гЦели: -популяризация физической культуры у воспитанников; -формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом; -привитие здорового образа жизни; -развитие чувства коллективизма, ответственности, сплоченности. Участники соревнований: команды, группы поддержки, ведущие. Место проведения: спортивная площадка. Определение победителей: команды победителей определяется по максимально набранным очкам. Награждение: команда победителей награждается почетной грамотой. Оборудование: гимнастические лавки, обручи, кегли, мячи, маленькие кольца, скакалки, теннисные шарики, теннисные ракетки, кольцебросы, ХОД ПРАЗДНИКА Праздник состоит из 2 частей:1 часть: Атлетический кросс на стадионе.2 часть: Спортивные состязания «Быстрее, смелее, веселее».Звучат песни о спорте. Затем музыка несколько приглушается.Объявляется общее построение спортсменов. На спортивную площадку выходят команды воспитанников. У каждой из них своя эмблема. Команды строятся в колонну по два. Ведущий. Здравствуйте, взрослые и дети мы очень рады вас видеть на празднике спорта и здоровья**"Здоровым быть здорово!"** 7 апреля – Всемирный день здоровья. Отмечается он в день создания Всемирной организации здравоохранения. Ежегодное проведение Дня здоровья стало традицией с 1950 года. Эта дата установлена для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни, и решить, что им нужно сделать, чтобы здоровье людей во всем мире стало лучше. Какие вы веселые, ловкие, сильные и бодрые! Что для этого нужно? Ответ на этот вопрос мы найдём, пройдя по спортивной тропе. На каждом этапе вы будите собирать правильные ответы и набирать очки. В нашем трудном веке, в нашем бурном веке Никому без спорта не прожить вовек, Чемпион таится в каждом человеке Надо, чтобы в это верил человек. Ведущий представляет членов жюри. Ведущий. Каждая команда придумала название, эмблему, девиз. Команды по очереди произносят название и девиз. ***1. Этап: «Собери ромашку»***По сигналу первый игрок бежит до средней линии, берет сердцевину от ромашки, бежит до линии поворота, кладет на нее сердцевину, возвращается назад, передает эстафету следующему участнику. Следующий участник берет лепесток, кладет возле сердцевины и т.д. Необходимо собрать все лепестки вокруг сердцевины.Побеждает команда быстрее выполнившая задание.***2. Этап: «Боулинг».*** Участвует вся команда. На площадке выставляются кегли. От команды выходит один участник. По сигналу он сбивает кегли мячом. Каждому участнику даётся по три попытки. Считается общее количество сбитых кеглей. ***3. Этап: «Олимпийские кольца».*** Участвует вся команда. Участники команд набрасывают кольца на штырь. Даётся три кольца(одна попытка). Считается общее количество наброшенных колец. ***4.Этап: «Кузнечики».***Каждой команде выдается мяч. Первый участник зажимает мяч между коленей. По сигналу первый участник начинает прыгать, держа мяч между коленей, до стой поворота. Вернувшись к своей команде, передает мяч следующему участнику. Запрещается придерживать мяч руками во время прыжков.***5. Этап:«Распорядок дня»***Командам раздаются в разброс карточки с пунктами режима дня.  (`Подъем`, `ужин`, `свободное время`, `завтрак`, `зарядка`, `домашняя работа`, `прогулка`, `школа`, `сон`.) Команды должны построиться в правильном порядке.***6. Этап: « Математическая эстафета».***Для каждой команды подготовлен лист бумаги с примерами на сложение, вычитание, умножение и деление. Участник добегает до листа с примерами, решает один пример и возвращается. Все примеры должны быть решены правильно. Побеждает команда, которая быстрее всех и правильно решит все примеры.11+4= 11 – 8 = 8 х 5 = 8 х 7 =18 – 7= 8 : 4 = 9 х 7 = 7 х 6 =15 – 2 = 5 х 4 = 27 : 3 = 45 : 5 =13+2 = 9 : 3 = 18 + 7 = 27 : 3 =20 – 1 = 15 + 7 = 25 – 6 = 42 : 7 =15 + 4 = 4 х 4 = 30 : 5 = 6 х 8 =2 + 10 = 13 – 7 = 32 + 7 = 9 х 6 =4 + 11 = 4 х 2 = 26 – 0 = 81 : 9 =***7 Этап: «Меткий стрелок».***Каждому участнику команды выдается по 2 теннисных мяча (кубика). По сигналу поочередно каждый участник команды бросает мячи (кубики) в корзину (ведро), стоящую на расстоянии. Побеждает команда, совершившая наибольшее количество попаданий.***9. Этап: «Бег с обручами».***Каждая команда получает обруч. По сигналу, первый участник одевает обруч и бежит с ним до стойки поворота и возвращается к своей команде. Обруч передается следующему участнику.***10. Этап. «Эстафета».*** Команда выполняет комбинированную эстафету, состоящую из 10 видов. 1) Бег через скакалку до стойки и обратно. 2) Крутить обруч и двигаться вперед до стойки и назад.  4) Прыжки вперед, ноги вместе до стойки, назад бегом. 3) Прыжки вперед из упора присева с продвижение вперед до стойки, назад бегом. 4) Прыжки вперед удерживая мяч ногами до стойки, назад бегом. 5) Прыжки на правой ноге до стойки, обратно на левой ноге. 6) Ведение мяча до стойки и обратно. 7) Бег с теннисной ракеткой в руке, на которой лежит теннисный мяч. 8) Бег с двумя мячами в руках до стойки и обратно. (Результат (время) команды заносится в маршрутный лист) Построение команд. Судьи подводят итоги. Ведущий. Ребята! Пока судьи подводят итоги, мы с вами сыграем в игру. Я буду называть какое-либо качество или привычку, а вы постарайтесь решить, полезное это качество или нет. Если полезное, то вы все поднимайте руки вверх и говорите – Да, а если нет – то говорите – НЕТ: - заниматься физкультурой; - делать зарядку; - смотреть допоздна телевизор; - чистить зубы 2 раза в день; - мыться один раз в месяц; - много смеяться; - курить; - сорить в комнате; - отдыхать на море; - ходить в школу. Главный судья объявляет итоги соревнования. Вручаются грамоты лучшим командам. Воспитанники строем покидают место проведения соревнования. |

11+4= 11 – 8 = 8 х 5 = 8 х7 =

18 – 7= 8 : 4 = 9 х 7 = 7 х 6 =

15 – 2 = 5 х 4 = 27 : 3 = 45 : 5 =

13+2 = 9 : 3 = 18 + 7 = 27 : 3 =

11+4= 11 – 8 = 8 х 5 = 8 х7 =

18 – 7= 8 : 4 = 9 х 7 = 7 х 6 =

15 – 2 = 5 х 4 = 27 : 3 = 45 : 5 =

13+2 = 9 : 3 = 18 + 7 = 27 : 3 =

Подъем`,

`ужин`,

свободное время`,

 `завтрак`,

 `зарядка`, `

`прогулка`,

школа`, `

сон`.

Подъем`,

`ужин`,

свободное время`,

 `завтрак`,

 `зарядка`, `

`прогулка`,

школа`, `

сон`.

ПЛАН

ДНЯ ЗДОРОВЬЯ

**"Здоровым быть здорово!"**

07.04.2019г.

1. Утренняя зарядка 8.00

2.Атлетический кросс – 11.00

3.Спортивные состязания «Быстрее, смелее, веселее» - 14.00

4. «Кулинарный поединок» -17.00