

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №14» имени А.М. Мамонова

*День здоровья
«Кругосветка»*

Подготовил
учитель физической культуры
Котарев А.И.

Старый Оскол
2016

Цели:

- 1) познакомить учащихся с различными видами спортивных упражнений и игр;
- 2) воспитывать у детей уважение к старшим, чувство любви и гордости за свою семью;
- 3) способствовать формированию у учащихся устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом, стойкого негативного отношения к табаку, алкоголю, наркотикам.

Место проведения:

22.01.16, спортивный зал.

Оформление:

на стенах спортивного зала плакаты с рисунками, народными пословицами о спорте и спортивными девизами:

- «Если по-русски скроен, то и один в поле воин»,
- «Золотое время - молодое племя»,
- «Храбр да строек - десятерых стоит»,
- «В здоровом теле - здоровый дух»,
- «Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья»,
- «Спорт помогает нам везде: в семье, учебе и труде».

Оборудование:

- Мячи футбольные - 2 шт.
- Обручи гимнастические – 2шт.
- Мешки матерчатые- 2 шт.
- Боксерские перчатки – 2 пары
- Теннисные мячи – 4шт.
- Воздушные шары – 4шт.
- Гири массой 16 кг – 1 шт.
- Скакалки – 2 шт.
- Гимнастические маты – 2шт.
- Гимнастические скамейки – 2шт.
- Лыжи без палок – 2 пары.

Ход праздника.

Учитель физкультуры. Добрый день, дорогие друзья! Мы рады видеть вас. Сегодня состоится необычное состязание под названием «Папа, мама, я - спортивная семья». К соревнованиям допускаются команды пап, мам и их сыновей, обладающие вниманием, волей, терпением, выдержкой, смекалкой, юмором, вежливостью. Пожелаем участникам успехов в состязании. Да победят сильнейшие!

Звучит сигнал, возвещающий о начале состязаний. Под музыку с речевкой и девизом входят участники – семейные команды (команда учительской семьи и команда семьи учащегося), возглавляемые капитанами – сыновьями. Каждая команда в единой форме, со своей эмблемой.

Учитель физкультуры. Дорогие друзья! Я представляю вам жюри, которое будет оценивать выступления по пятибалльной системе. Сегодня ни одна из команд – участниц не останется без памятного приза. Мы учредили призы для самого юного и старшего участника, самого ловкого, самого сильного, меткого, умелого, за лучший девиз, форму, эмблему. После каждого этапа соревнования жюри будет подсчитывать баллы и давать информацию о ходе конкурса. После последнего этапа жюри объявит окончательные результаты. Побеждает команда, набравшая большее количество баллов по сумме всех конкурсов. При равенстве баллов жюри назначает дополнительные соревнования между капитанами команд. Не забыли про болельщиков и учредили приз для лучшей группы поддержки. Желаем участникам соревнования успехов!

Ведущий 1. Дорогие друзья! Мы часто проводим различные спортивные соревнования, конкурсы, праздники, каждый участвует в спортивных играх и состязаниях. А задумывались вы, откуда произошло слово «спорт»? Оказывается, это слово родилось давным-давно во Франции и произносилось как «депорт», что значит «развлечение», «забота».

Ведущий 2. В Россию слово «спорт» пришло более 100 лет назад. Сначала спортом называли игру в домино, коллекционирование марок, разведение домашних животных и даже рукоделие. Затем спортом в России стали называть различные физические упражнения, которые делали человека ловким, сильным, выносливым, помогали укреплять здоровье. Однако все это называется не спортом, а физкультурой.

Ведущий 1. Для того, чтобы спорт стал спортом, он должен обладать такими обязательными качествами, как «спор». Спортивная борьба, состязания – это главное условие любых спортивных соревнований. А наградой за неустанные тренировки, за напряженный труд, за твердость характера и волю к победе спортсмену становятся медали и призы, рекорды и победы. Спорт – это сила, здоровье, дисциплина, красота, досуг. В спорте побеждает сильнейший. И сегодня мы убедимся в этом. Итак, первый конкурс.

1 конкурс «Кто быстрее!»

Ведущий 2. Наш самый первый конкурс называется «Кто быстрее!» Участники соревнований стоят по кругу через одного (свой и чужой). Под музыку все двигаются друг за другом. Когда музыка выключается, члены

одной семьи должны успеть взять мячик и забежать в обруч, лежащий в центре круга. Побеждает та семья, которая успеет первой попасть в обруч.

2 конкурс «Конкурс мам».

Ведущий 1. На старте мамы становятся в мешки, прыгают до отметки, где лежат три меча, затем бросают их в цель и возвращаются уже без мешков бегом на исходную позицию.

3 конкурс «Конкурс пап».

Ведущий 2. Папы надевают боксерские перчатки, берут баскетбольные мячи и ведут их до отметки. Затем берут теннисные мячи и возвращаются с ними на исходную позицию.

Ведущий 1. Пока жюри подсчитывает очки, давайте обратимся к истории. Она сохранила для нас имена выдающихся граждан древнего мира, которые соответствовали термину «гармоничный человек».

Пифагор, теорему которого все мы усердно учили в школе, был могучим кулачным бойцом. И кроме чертежей и геометрических инструментов в доме великого математика хранились и спортивные принадлежности.

Отец медицины – древнегреческий врач **Гиппократ** – считался знаменитой фигурой среди эллинских борцов и наездников.

Обладателями различных наград за спортивную доблесть были философы Платон и Сократ, поэты **Софокл** и **Еврипид**.

Жюри объявляет результаты первых трех конкурсов.

4 конкурс «Конкурс капитанов».

Ведущий 2. К правой ноге детей привязывается воздушный шарик. Побеждает тот, кто быстрее лопнет шарик на ноге соперника, сохранив свой шарик.

Ведущий 1. Наш следующий конкурс называется «Дружная семейка». Пока участники готовятся к этому конкурсу, тренируются, проведем:

Игру со зрителями:

Кто больше раз поднимет гирию массой 16 кг. (Участвуют только мальчики).

5 конкурс « Дружная семейка».

Ведущий 2. Итак, конкурс №5 «Дружная семейка». Все члены семьи должны одновременно прыгать через скакалку в течение одной минуты. Побеждает семья, которая прыгнет большее число раз.

6 конкурс «Гонка мячей».

Ведущий 1. Следующий конкурс называется «Гонка мячей».

В зале устанавливается три гимнастических скамейки. Игроки каждой команды садятся на свою скамейку спиной к жюри и зрителям. Капитанам команд дают по одному баскетбольному мячу. По сигналу игроки передают мяч за спиной обеими руками рядом сидящему партнеру. Когда мяч приходит к последнему сидящему участнику, тот быстро встает с мячом в руках, обегает скамейку и садится перед капитаном. Передача мяча продолжается вновь от одного игрока к другому за спиной из рук в руки. Если участник теряет мяч, он должен быстро встать, подобрать мяч и сесть на свое место. После этого передача мяча продолжается до тех пор, пока капитан и все остальные игроки не окажутся на своих первоначальных местах. Капитан, выполнивший перебежку, садится на скамейку и поднимает мяч вверх. Побеждает команда, показавшая лучшее время.

7 конкурс «Футбол».

Ведущий 2. Продолжим наше соревнование семейных команд. Отгадайте, как будет называться следующий конкурс?

Я начну, а вы завершайте,
Дружно хором отвечайте.
Игра веселая футбол –
Уже забили первый ... (гол!)
Вот пробежался первый кто-то
И без мяча влетел в ... (ворота!)
А Петя мяч ногою хлоп –
И угодил мальчишке в ... (лоб!)
Хочет весело мальчишка,
На лбу растет большая ... (шишка!)
Но парню шишка нипочем,
Опять бежит он за ... (мячом!)

Назовите следующий конкурс!

Команды: «Футбол»!

Ведущий 2: Правильно, футбол. Я приглашаю наших пап принять участие в конкурсном испытании под названием «Футбол».

На расстоянии 11м от стартовой черты установлены «ворота» высотой 50см и шириной 80см. Папе предлагается попасть в ворота футбольным мячом. Делается три попытки. Выигрывает папа, который быстрее и без ошибок забьет гол в ворота.

Ведущий 1. объявляет условие следующего конкурса – «**Заключительная эстафета**».

Пока участники готовятся к этому конкурсу, проводится

Игра со зрителями:

Кто сможет поставить гирию 16 кг на ручку (Участвуют только девочки).

8 конкурс «Заключительная эстафета».

Ведущий 2. Наш 8-ой, последний конкурс называется «Заключительная эстафета».

Первыми стартуют дети. Каждый ребенок надевает майку, добегают до мата, делает кувырок, затем пробегает по гимнастической скамейке, добегают до отметки, берет мяч и бросает его в цель. Возвращается назад до мата, становится на четвереньки и, дуя на теннисный шарик, докатывает его до старта, снимает майку и отдает ее маме.

Мама прыгает через скакалку до отметки, бросает мяч в цель и возвращается назад, вновь прыгая через скакалку. Здесь она снимает майку и отдает ее папе.

Папа на лыжах без палок добегают до отметки, бросает мяч в цель и на лыжах возвращается на исходную позицию.

Учитель физкультуры. Дорогие участники и зрители! Вот и подходит к концу наш спортивный праздник. Пока жюри подводит итоги, мне хочется сказать большое спасибо и участникам, и зрителям за то, что они выдержали предложенные испытания, подтвердили выражение, что у человека душа и тело должны существовать в гармонии».

А теперь все вместе мы споем песню:

Все участники праздника исполняют песню на музыку В. Шаинского «Если с другом вышел в путь»:

Нам со спортом жить легко,
Нам со спортом жить легко,
Спорт нам интересен.
Спорт и дружба заодно,
Спорт и дружба заодно –
Их союз чудесен.

Прпев.

Дух борьбы в нас живет.
Он к победе нас ведет.
И поэтому сердце поет.

Соревнуемся всегда,
Соревнуемся всегда.
Мы достойно, честно.
Мы – спортивные друзья,

Мы – спортивная семья,
Это всем известно.

Припев.

Не забудем никогда.
Не забудем никогда,
Будем помнить вечно.
Спорт и дружба – навсегда.
Спорт и дружба – навсегда,
Это в нас навечно!

Припев.

Учитель физкультуры.

Я снова восхищаюсь, не противясь,
Смотрю на вас и думается мне:
Прекрасны Сила, Собранность, Спортивность
И в каждом человеке, и в стране!
Стучат сердца – не древне и не ржаво,
А юно, окрыленно и легко!
Великая спортивная держава
И в деле спорта смотрит далеко!

(М. Львов)

Жюри подводит окончательные итоги.

*Участники соревнований награждаются ценными призами.
Звучит песня А. Пахмутовой «До свиданья, Москва!» на стихи
Н. Добронравова. Праздник объявляется закрытым.*

