

Спортивный праздник “Будь здоров!”

Задачи:

Образовательные:

Формирование у учащихся привычек здорового образа жизни и выработка у них правильных двигательных действий в процессе физического воспитания. Развивать мотивацию к сохранению и укреплению здоровья. Формировать физические навыки для занятий спортом и физической деятельностью.

Воспитательные:

Воспитывать чувство коллективизма взаимопомощи, самодисциплины, воли внимания.

Оздоровительные:

Укрепление здоровья, развитие физических качеств у подрастающего поколения, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся

Ход мероприятия

I. Организационный момент.

2. ВЫСТУПЛЕНИЕ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.

3. Учащиеся читают стихи

Чтоб здоровым быть сполна
Физкультура всем нужна.
Для начала по порядку -
Утром сделаем зарядку!
И без всякого сомненья
Есть хорошее решение -
Бег полезен и игра
Занимайся детвора!
Чтоб успешно развиваться
Нужно спортом заниматься
От занятий физкультурой
Будет стройная фигура
Нам полезно без сомненья
Все, что связано с движеньем.
Вот, поэтому ребятки
Будем делать мы зарядку.
Будем вместе мы играть
Бегать, прыгать и скакать
Чтобы было веселее
Мяч возьмем мы поскорее.

Станем прямо, ноги шире
Мяч поднимем – три-четыре,
Поднимаясь на носки.
Все движения легки.
В руки мы возьмём скакалку
Обруч, кубик или палку.
Все движения разучим
Станем крепче мы и лучше.
Чтобы прыгать научиться
Нам скакалка пригодится
Будем прыгать высоко
Как кузнечики – легко.
Обруч, кубики помогут
Гибкость нам развить немного
Будем чаще наклоняться
Приседать и нагибаться.
Вот отличная картинка
Мы как гибкая пружинка
Пусть не сразу все дается
Поработать нам придется!
Чтоб проворным стать атлетом
Проведем мы эстафету.
Будем бегать быстро, дружно
Победить нам очень нужно!

4. Весёлые игры

Игра для детей «Руки вверх!» В игре принимают участие 8 и более человек. Необходимо иметь 1 монету. Все делятся на 2 команды и садятся напротив друг друга за стол. Одна команда получает монету, и участники передают ее друг другу под столом. Командир противоположной команды медленно (можно про себя) считает до десяти, а затем говорит: «Руки вверх!». Игроки команды, передававшей монету, тут же должны поднять руки вверх, причем руки сжаты в кулаки. Затем командир говорит: «Руки вниз!» – и игроки должны положить руки ладонями вниз на стол. Тот, у кого монета, старается прикрыть ее ладонью. Теперь игроки противоположной команды совещаются, решают, у кого монета. Если они отгадали правильно, монета переходит к ним, если нет – остается у той же самой команды....

Игра для школьников **«Первооткрыватель»** Сначала участникам предлагается «открыть» новую планету – надуть как можно быстрее воздушные шары, а затем «Заселить» эту планету жителями – быстро нарисовать на шаре фигурки человечков фломастерами. У кого «жителей» на планете окажется больше – победитель.

Песня Ведущий предлагает спеть всем вместе, хором. Для начала – песню, которую, наверное, знают все: «Подмосковные вечера» или «Голубой вагон». По первому хлопку ведущего все громко начинают петь, по второму хлопку – пение продолжается, но только мысленно, про себя, по третьему хлопку – вновь поют вслух. И так несколько раз, пока кто-нибудь не собьется, Тот, кто ошибается, выходит вперед и предлагает всем спеть какую-либо другую широко известную песню. Так повторяется несколько раз. Ведущий может помочь всем остальным, дирижируя сводным хором, особенно в те моменты, когда участники поют мысленно.

Передай апельсин...

Отличная подвижная игра, в которой две команды встают в две шеренги напротив друг друга. Игроки в каждой команде, от первого до последнего, должны передать друг другу какую-то круглую вещь: апельсин, мячик, круглую игрушку. При этом можно пользоваться только подбородком или плечом. Руками себе помогать нельзя. Если вещь падает на пол, все начинается сначала....

Игра «Светофор» — веселая и простая игра, подходит для маленькой и большой компании. Для этой игры не нужен инвентарь. Из компании играющих **выбираем того, кто будет «светофором»**. Этот участник встает спиной к другим детям, а остальные стоят на расстоянии четырех метров. Задача «светофора» — выбить всех участников из игры. Так он, стоя спиной к остальным игрокам, кричит «Зеленый свет!», в этот момент дети бегут к «светофору». Только «светофор» закричит «Красный свет!» и обернется — все должны остановиться, если кто-то продолжил двигаться, он выбывает из игры. Игра может продолжаться до тех пор, пока кто-то из участников не дотронется до «светофора», или не останется игроков.