

«День здоровья» « Будь здоров без докторов»

1-4 классы

Задачи:

1. Прививать любовь к спорту.
2. Доставить детям удовольствие, вызвать у них положительный эмоциональный настрой.
3. Закрепить умения и навыки, полученные на физкультурных занятиях.
4. Способствовать развитию фантазии, творческого воображения, внимания.
5. Продолжать воспитывать качества: товарищество, дисциплинированность, уважительное отношение к соперникам по состязанию.

Место проведения: спортзал

Спортивный инвентарь: 3 обруча, 3 стойки, 3 гимнастических скамейки, 4 мяча, 4 скакалки, 3 стойки

Форма одежды: футболки, шорты, носочки, кроссовки, эмблемы.

Участники соревнований: 1-4 классы

Ведущий: учитель по физической культуре.

Ведущий:

Внимание, внимание! Приглашаю всех мальчишек и девчонок отправиться вместе с нами на весёлый праздник **«Будь здоров без докторов»** предлагаю взять с собой быстроту, смелость, находчивость, смекалку.

Ведущий: А сейчас я приглашаю команды принимающие участие в спортивном празднике 1а,1б,1в. 4а, 4б, 4в

(под весёлую музыку, команды проходят круг и встают лицом к зрителям)

Дорогие, ребята Сегодня мы собрались на этой большой красивой площадке (в этом красивом зале), чтобы убедиться, какие Вы крепкие, здоровые, сильные, ловкие!

1-й ребёнок: Чтобы сильным, ловким быть, нужно с солнышком дружить. Утром раньше всех вставать и зарядку выполнять.

2-й ребёнок: Все мы любим физкультуру, любим бегать и скакать; умываться тоже любим, любим песни петь, играть.

К гимну Российской Федерации приготовились

Сегодня у нас на спортивных соревнованиях оценивать ваши результаты будет жюри:

Слова жюри:

Ведущий: Командам приготовится к приветствию

Ведущий: приглашаю болельщиков и гостей, а также участников команд, если желают, на весёлую зарядку!

Раз, и два, и три, четыре.

Выходите на площадку -

Становитесь, ноги шире.

Начинается зарядка! (под весёлую музыку дети выполняют упражнения за ведущим)

Ведущий:

Сияет солнышко с утра,

И мы готовимся заранее.

Ребята, начинать пора

Спортивные соревнования! Команды на старт!

1 эстафета: «Передай колечко»

2 эстафета: «Два мяча» (оставь, возьми)

3 эстафета: «Переправа»

4 эстафета: «Перепрыгни через обруч»

Игра «Свитафор»

Красный (кричать). Жёлтый (топать). Зелёный (хлопать). Синий (прыгать)

5 эстафета: «Болото»

6 эстафета: «Водоходы»

7 эстафета: «Мяч над головой» (Мяч под ногами)

8 эстафета: «Туннель» (скамейки)

9 эстафета: «Вызов номеров»

Ведущий: пока жюри подводит итоги

В круг скорее просим встать,

Будем дружно танцевать.

Вот и музыка играет,
Всех на танец приглашает!

Игра «Девочки и мальчики»

Слова жюри для подведение итогов

Ведущий: Все мы скажем нет простуде!

Нам морозы не почём !

Мы дружить с коньками будем с клюшкой, шайбой и мячом!

Мы заканчиваем праздник! До свидания друзья!

На прощанье пожелаем, быть здоровыми всегда! (Команды на право!)

Под весёлую музыку команды проходят круг почёта и уходят.