

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЗЕИ
АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТСКАЯ ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА №2 Г. ЗЕЯ

Амурская область, город Зея, улица Ленина 5, телефон 2-20-57

Методическая разработка

**Физкультурно-оздоровительное праздн
«Всемирный день здоровья»**
(для тренеров-преподавателей спортивной гимнастики)

Засухина Ольга Андреевна
тренер-преподаватель МБОУ ДО ДЮСШ №2 г. Зея
отделения спортивной гимнастики
г. Зея, ул. Ленина 5

г.Зея

2017 год

Сценарий праздника **«Всемирный день здоровья»** отделения спортивной гимнастики для групп НП – 1, НП – 2.

Цели и задачи:

- Формирование мотивации к двигательной активности и способности к самоорганизации в деятельности.
- Развитие двигательных качеств, воспитание организованности, внимательности, чувства коллективизма, бережного отношения к своему здоровью и культуры поведения.

Место проведения: спортивный зал.

Спортивный зал хореографии украшен шариками и флагами.

Оборудование:

- мячи, кубики, кегли, обручи, скамейки, скакалки, маты.

Девиз: «В путь – дорогу собирайся, за здоровьем отправляйся».

Ход мероприятия:

1. Музыкальное сопровождение (Дети под музыку входят в зал и выстраиваются по командам)

Ведущий:

Добрый день, дорогие друзья, зрители и болельщики!

Сегодня мы приглашаем вас в страну Здоровья!

2. Представление команд:

- название
- девиз
- приветствие команд
- приветствие жюри

Команда «**Орлы**», равняйся! смирно! (говорит капитан) - Наш девиз: «Мы орлы на глаз остры. Мы хитры, быстры, мудры. Лучше всех на свете играем в эстафете!»

команде «**Мишки Гамми** – физкульт привет!»

Команда «**Мишки Гамми**», равняйся! смирно! (говорит капитан) – наш девиз: «Те, кто с крепкими ногами, приходите прыгать с нами, те, кто с хилыми ногами, угощайтесь соком Гамми».

команде «**Орлы**» - физкульт привет!

Жюри: тренеры-преподаватели

3. Разминка перед спортивной эстафетой.

Ведущий:

Чтобы попасть в страну здоровья вы должны ответить на некоторые вопросы:

закаливание – это:

- здоровый образ жизни
- укрепление организма
- бывает воздушное, водное, солнечное

спорт – это

- физические упражнения (гимнастика, плавание, игры и т.д.)
- здоровый образ жизни
- какое либо занятие, которое становится увлечением и стилем жизни

сон –это

- лучшее лекарство
- это физиологическое состояние покоя и отдыха, при котором полностью прекращается работа сознания

Ведущий:

А теперь начинаем соревнования на выявление ловкости, прыгучести, скорости и умений действовать вместе и по одному.

Правила: нельзя заступать за линию старта, внимательно слушать задания ведущего.

Ведущий:

Вы сегодня, все ребята, будьте ловки и смелы, и себя вы покажите с самой лучшей стороны.

Проводится комбинированная эстафета:

Этапы:

- мячик между ног до стены и обратно;
- прыжки через скакалку до стены и обратно;
- бег, пролезть под скамейкой, 3 подноса ног и обратно бег;
- бег, напрыгнуть на кубик, добежать до стены и тоже- самое обратно;
- прыжки до стены на одной ноге, обратно на другой;
- мячи, по двое между головами участников (можно животами), пронести до стены и обратно;
- проползти по скамейке, кувырок, добежать до стены и обратно;
- бег на четвереньках до стены;
- мячом попасть в цель (перевернутый кубик);
- прыжки в длину через маты, добежать до стены, забраться по лестнице, спускаясь скатиться по доске;
- с мячом в руке пробежать по скамейке, пролезть через обруч, кувырок на мате, обежать кубик, бег до старта и передать мяч следующему.

Ведущий:

Чтобы стать здоровым, ловким, всем нужны нам тренировки.

Проводится **игра «Кегли»**.

На площадке выставляются кегли. От команды выходит один участник. По сигналу ведущего, дети должны как можно больше сбить мячом кегли. Выигрывает тот, кто собьет большее количество кеглей.

Ведущий:

Вот, ребята, вам мячи – тренируйтесь, силачи!

Проводится **игра «Мячи»**.

В каждой команде участники строятся по росту и начинают передавать друг другу мяч над головой от первого участника последнему. Последний, получив мяч, становится на место первого и так, пока первый участник не

займет свое место. Выигрывает та команда, которая не роняла мяч и первой закончила передачу мяча.

Ведущий:

А сейчас объявляется конкурс «Скакалочка».

От каждой команды выходят несколько человек и побеждает тот, кто дольше всех прыгает со скакалкой.

Пока жюри подводит итоги, *ведущий* задает замысловатые вопросы:

- какой витамин содержится в черном хлебе? (витамин В)
- что в переводе с латинского означает слово «витамин»? (жизнь)
- откуда в наш организм чаще всего проникают болезнетворный микробы? (с грязных рук)
- как защититься от микробов? (мыть руки с мылом, овощи)
- кто автор строк «Да здравствует мыло душистое...» (К.Чуковский)

3. Построение команд.

4. Объявляются результаты. Награждение (сладкие призы)

Ведущий:

Дорогие ребята и гости! Вот и закончились наши спортивные состязания. Кому-то понравилось, кому-то нет. Кого-то заставило задуматься! Кто-то просто от души смеялся! Но никого это путешествие в страну здоровья равнодушным не оставило! Согласны!? Большое всем спасибо! До следующей встречи на нашей спортивной площадке нашей школы!

5. Команды совершают круг почета по залу под аплодисменты гостей и жюри.