**В здоровом теле — здоровый дух**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Дата мероприятия** \_\_\_\_\_\_\_\_\_ – 3 классы. **Время проведения** 3кл. в 10.00;  **Место проведения** спортивный зал школы. |

***“В здоровом теле - здоровый дух”  
(Ювенал.)***

**Цель: Укрепление здоровья, развитие мышечной системы.**

***Образовательные задачи:*** способствовать всестороннему, гармоническому, физическому развитию (силы, выносливости) школьников, координации и выразительности движений, активному участию в общественной жизни.

***Воспитательные задачи***: продолжить работу по формированию коллективизма и взаимопомощи, дисциплинированности, смелости, настойчивости, упорства, выдержки, развития интереса к спорту, привлечения к массовым мероприятиям.

**Инвентарь для 3-х групп:**

1. 3 волейбольных мяча;
2. 3 набивных мяча;
3. 3 ложки +3 картошки;
4. 3 скамейки;
5. 3 обруча;
6. 9 кеглей;
7. Гимнастические палки.

**Домашние заготовки:**

1) показательные выступления (музыкальное сопровождение) - разминка;  
2) спортивные эмблемы;  
3) спортивная форма;  
4) спортивные плакаты, лозунги, стенгазеты;  
5) рисунки о спорте;  
6) класс готовит название команды, девиз и эмблемы.

За 3-4 дня до открытия праздника физорги сдают в судейскую коллегию заявки на участие в соревнованиях. На основании заявок заранее оформляются протоколы соревнований.

В газете помещаются материалы о значении занятий спортом для укрепления здоровья и закаливания детей, спортивные эмблемы классов.

Завуч по воспитательной работе, совместно с учителями физической культуры, медицинским персоналом, обеспечивают общее руководство ходом мероприятий, соблюдение правил техники безопасности. Классные руководители обеспечивают организацию участия школьников своего класса.

Во время соревнований и игр медсестре и организаторам необходимо вести постоянное наблюдение за состоянием здоровья учащихся, учитывать уровень физической подготовки и индивидуальные особенности физического развития школьников.

В день праздника члены оргкомитета приходят на спортивную площадку за 1-1,5 часа до открытия, проверяют подготовку мест соревнований, наличие грамот. Члены судейской коллегии проверяют разметку мест соревнований, исправность спортивного инвентаря.

**План-сценарий праздника.  
“В здоровом теле - здоровый дух”**

За полчаса до открытия праздника звучат спортивные песни и марши. После позывных праздника звучит припев песни **“Внимание! На старт!”** (слова Львовского, музыка И.О. Дунаевского). Ведущий приглашает школьников строиться, в заранее установленном порядке, в колонны по 3 человека. Капитаны команд сдают эмблему класса.

После приветствия ведущий представляет зрителям членов жюри и почетных гостей.

***Слово предоставляется директору школы.***

****

**Чтоб с болезнями не знаться,**

**К докторам не обращаться,  
Чтобы сильным стать и смелым,  
Быстрым, ловким и умелым,  
Надо с детства закаляться.**

**И зарядкой заниматься.   
Физкультуру всем любить  
И со спортом в дружбе быть.**

Учащиеся от каждого класса выступают с показательными выступлениями.

**Показательные выступления**:

показательные выступления (музыкальное сопровождение) - разминка;

а)\_\_\_\_\_\_\_\_ **III- место**  
б)\_\_\_\_\_\_\_\_\_**II- место**  
в)\_\_\_\_\_\_\_\_ **I- место**

**Ведущий:** “Сегодня мы проведем спортивные состязания, проверим свою ловкость и сноровку.

Для того чтобы соревнования прошли успешно, необходимо соблюдать правила игр, быть дисциплинированными, “болеть” за своих товарищей.

Дети, которые участвуют в играх и выполняют упражнения (“болельщики”), тоже получают дополнительные очки команде. Итак, приступаем к соревнованиям”.

**Задания командам:**

* Приветствие команд;
* **Вопросы болельщикам**
* **Ведущий :** “Что нам дети помогает быть здоровым, смелым?”
* **Учащиеся**: “Помогает нам всегда - Солнце, воздух и вода”.
* Эстафеты:

1. Скорость с мячом.
2. Преодоление кольца.
3. Передал – садись!

**Задание болельщикам:**

1. *Спортивная фотография*   
   (Нужно замереть, изобразив какой-нибудь вид спорта);
2. *Стритбол.*
3. *Флорбол.*
4. *Плавание*
5. *Боулинг*

**Ведущий:** “Крепла, чтоб мускулатура, занимайтесь …”

**Учащиеся**: “Физ-куль-турой!!!”

**Ведущий:** Приглашаю детвору на веселую игру.

1. Последнее препятствие – ложка,  
   А в ложке картошка,  
   Бежать нельзя,  
   Дрожать нельзя,  
   Дышать можно,  
   Только осторожно.  
   Обежать 3 кегли (можно использовать также теннисную ракетку и теннисный мячик).  
   За нарушение правил – минус 1 очко;  
   Ответственные стоят на старте и финише, за нарушение снимают 0,5 очка

Ребята, пришедшие:

**I – ми** получают 20 очков;  
**II – ми** – 15 очков;  
**III – ми** – 12 очков;

*Ответственные подводят итоги эстафеты.*

*Подведение итогов участия болельщиков*

а)\_\_\_\_\_\_\_\_ **III- место**  
б)\_\_\_\_\_\_\_\_\_**II- место**  
в)\_\_\_\_\_\_\_\_ **I- место**

*Подведение итогов за участие.*

**Подведение итогов:** **** вручение грамот.

**Учитель:** «На этом наш спортивный досуг заканчивается. Все хорошо выполнили задания, победили сильнейшие. Это не последние старты, поэтому занимайтесь дома зарядкой, закаляйтесь, стремитесь к спортивным высотам, будьте здоровы”.

***Движение-это жизнь и здоровье!!!***

**Чтоб расти и закаляться,  
Надо спортом заниматься,  
Закаляйтесь детвора,  
В добрый путь  
Физкульт- все УРА!!!**

****

***Протокол соревнований***

***3 класс***

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *№ п.п* | *эстафеты* | *3-а* | *3-б* | *3-в* |
| 1. | **Разминка** |  |  |  |
| 2. | **Скорость с мячом** |  |  |  |
| 3. | **Полоса препятствий** |  |  |  |
| 4. | **Передал – Садись!** |  |  |  |
| 5. | **Вопросы болельщикам** |  |  |  |
| 6. | **Ловкий мяч** |  |  |  |
| 7. | **Флорбол** |  |  |  |
| 8. | **Стритбол** |  |  |  |
| 9. | **Спортивная фотография (болельщики)** |  |  |  |
| 10. | **Плавание** |  |  |  |
| 11. | **Боулинг** |  |  |  |
| 12. | **Последнее препятствие – ложка** |  |  |  |
|  | **Итог:** |  |  |  |
|  | **Занятое место:** |  |  |  |

За нарушение правил – минус 1 очко;  
Ответственные стоят на старте и финише, за нарушение снимают 0,5 очка

Ребята, пришедшие:

**I – ми** получают 20 очков;  
**II – ми** – 15 очков;  
**III – ми** – 12 очков;



***Заявка***

***на участие в спортивных соревнованиях «Веселые старты»***

***\_\_\_\_\_класс***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п.п.*** | ***Фамилия, имя учасника*** | ***Дата рождения*** | ***Заключение медсестры*** |
| ***1.*** |  |  |  |
| ***2.*** |  |  |  |
| ***3.*** |  |  |  |
| ***4.*** |  |  |  |
| ***5.*** |  |  |  |
| ***6.*** |  |  |  |
| ***7.*** |  |  |  |
| ***8.*** |  |  |  |
| ***9.*** |  |  |  |
| ***10.*** |  |  |  |

***Классный руководитель\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

***Школьная медсестра \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_***

******

***Дата проведения:***

***Время проведения:***

* 1. ***Показательные выступления (разминка)***
  2. ***Спортивные эмблемы***
  3. ***Спортивная форма***
  4. ***Спортивные плакаты, лозунги, стенгазеты на спортивную тематику.***
  5. ***Рисунки о спорте.***
  6. ***Класс готовит название команды, девиз, эмблемы.***