**Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым**

**Государственное бюджетное специализированное учреждение Республики Крым**

**«Керченский межрегиональный социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних»**

***Всемирный день здоровья»***



***(младший и старший школьный возраст)***

**Воспитатель:**

**Лиснякова Е.А.**

Керчь 2021 г.

**Сценарий спортивного праздника « День здоровья».**

**Цель**: формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни.

**Задачи**:

- создание положительного настроя и благоприятной обстановки для обучения и воспитания учащихся;

- стимулирование желания школьников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

- привлечение учащихся к занятиям различными видами спорта;

- проведение оздоровительных мероприятий, нацеленных на укрепление организма детей и подростков

повышение сопротивляемости организма детей и подростков к различным заболеваниям, работоспособности школьников, продуктивности их обучения.

Ход мероприятия

**Ведущий** : Добрый день, дорогие друзья! Сегодня, 4 апреля, на всей планете люди отмечают Всемирный день здоровья. В этот день во всем мире проходят спортивные соревнования и праздники, чтобы дети всей планеты росли здоровыми и крепкими, смелыми и отважными, ловкими и сильными!

А почему такой день существует? Да, потому, что здоровье – это самое дорогое, что есть у человека. Но, что, же такое здоровье?

Здоровье – это когда тебе хорошо!

Здоровье – это когда ничего не болит!

Здоровье – это красота!

Здоровье – это сила!

Здоровье – это гибкость и стройность!

Здоровье – это выносливость!

Здоровье – это гармония!

Здоровье – это когда утром просыпаешься бодрым и веселым!

Здоровье – это когда ты без труда можешь подняться на 4 этаж!

Здоровье – это когда ты с радостью выполняешь любую работу!

Здоровье – это когда ты радуешься жизни!

**Ведущий** :

Ребята, я хочу начать нашу встречу с притчи: в одном доме жил мужчина. Вместе с ним жили его жена, его престарелая мать и его дочь – уже взрослая девушка. Однажды поздно вечером, когда все домочадцы уже легли спать, в дверь кто – то постучал. Хозяин встал и отворил дверь. На пороге стояли трое. “Как вас зовут?” - спросил мужчина. Ему ответили: “Нас зовут Здоровье, Богатство и Любовь, пустите нас к себе в дом”. Мужчина задумался. “Вы знаете – сказал он, - у нас в доме только одно свободное место, а вас трое, пойду, посоветуюсь с родными, кого из вас мы сможем принять в нашем доме”. Как вы думаете, кого они впустили в свой дом? Дочь предложила впустить Любовь, жена – Богатство. А больная мать попросила впустить Здоровье. И это неудивительно, поскольку для каждого поколения существуют свои ценности, и человек начинает ценить свое здоровье только при явной угрозе ему

**Ведущий** : Здоровье надо беречь, заботиться о нем с ранних лет.

**1:**

Чтоб здоровье сохранить,

Организм свой укрепить,

Знает вся моя семья

Должен быть режим у дня.

**2:**

Следует, ребята, знать

Нужно всем подольше спать.

Ну, а утром не лениться –

На зарядку становиться!

**3 :**

Чистить зубы, умываться,

И почаще улыбаться,

Закаляться, и тогда

Не страшна тебе хандра.

Вот Вам добрые советы,

В них запрятаны секреты.

Чтоб здоровье сохранить –

Научись его ценить!

**Ведущий** : Ребята! Все слышали, чтобы быть здоровым необходимо как можно больше двигаться. Ведь недаром говорят: “Движение – это жизнь”. Я предлагаю вам всем немного подвигаться, размять свое тело. Ведь утро нужно начинать с зарядки. Для чего нужна зарядка?

**Ведущий** : А теперь продолжаем день здоровья, и приступаем к нашим эстафетам.

1.**Эстафета**: «Прыжки на скакалке»

(Прыгаем на скакалке до конуса и обратно)

Инвентарь: (скакалки, конусы)

2.**Эстафета**: «Скамейки»

(пробежать по скамейке, 2ва кувырка на матах, оббежать конус)

Инвентарь: ( скамейки, маты, конусы)

3.**Эстафета**: «Прыжки»

(прыжки через барьеры, возвращение назад ведение мяча)

А теперь пока команды отдыхают вопросы для болельщиков:

1.Как называется начало забега? ( старт)

2.Как называется окончание забега? (финиш)

3.Назовите виды спорта начинающиеся на букву «б» ?

( баскетбол, бадминтон, бейсбол, биатлон, бобслей, бокс, борьба)

4.Назовите виды спортивных мячей?

( баскетбольный, футбольный, волейбольный, гандбольный, ватерпольный, теннисный, бейсбольный, для хоккея на траве, гольф, конное поло)

5.Назовите Родину олимпийских игр? ( Греция)

6.Где и как зажигается олимпийский огонь? (в Греции от солнечных лучей)

7.Что такое параолимпийские игры? (игры для инвалидов)

8.Назовите цвета олимпийских колец? ( зеленый-Австралия, черный-Африка, красный-Америка, желтый-Азия, голубой-Европа)

**Загадки**:

Воздух режет ловко-ловко,

Палка справа, слева палка,

Ну а между них веревка.

Это длинная... (скакалка)

Соревнуемся в сноровке,

Мяч кидаем, скачем ловко,

Кувыркаемся при этом.

Так проходят... (эстафеты)

Мы, как будто акробаты,

Делаем прыжки на мате,

Через голову вперед,

Можем и наоборот.

Нашему здоровью впрок

Будет каждый... (кувырок)

Мы физически активны,

С ним мы станем быстры, сильны...

Закаляет нам натуру,

Укрепит мускулатуру.

Не нужны конфеты, торт,

Нужен нам один лишь... (спорт)

Выиграть в соревнованиях —

Это наше кредо.

Мы не требуем признания,

Нам нужна... (победа)

Победитель в спорт соревнованиях,

Впереди все время только он.

Как звучит, скажите, гордое название?

Знают все, что это... (чемпион)

На команды нас разбили

И дают задание.

Мы участвуем впервые

В спорт... (соревнованиях)

1.**Эстафета** «Перекати-поле».

(Бежать спиной вперед и с помощью обруча катить мяч до конуса и обратно)

Инвентарь: (обручи мячи конусы)

2.**Эстафета** «Тараканчики».

( На руках дойти до конуса обратно бегом.)

3.**Эстафета**: «Посиделки».

( Участники садятся на гимнастическую скамейку в затылок друг за другом и передают над головой сидящему сзади мяч последний с мячом бежит и садится вперед перед командой опять передавая мяч.)

**Ведущий**: Друзья! Несмотря на результаты сегодняшних состязаний, все участники и болельщики получили заряд бодрости и хорошего настроения!

Вот и закончился наш спортивный праздник, сегодня мы стали еще более сильными, выносливыми и смелыми. Мы желаем Вам, чтобы “День Здоровья” у вас был каждый день: и в школе, и дома.

Растите крепкими, здоровыми и ловкими!