ГБОУ Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат VII вида № 73

Утверждаю

Директор школы-интерната № 73

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_И.В. Зимнухова

**ДЕНЬ**

**ЗДОРОВЬЯ**

**«Широкая масленица»**

**(25 февраля)**

**Подготовили:**

**С.В.Горнова**

**Л.В.Тюжина**

Москва 2014 г.

**Цель:** сохранение и укрепление здоровья учащихся школы-интерната, знакомство с русскими традициями, обычаями праздника «Масленица», как одной из форм организации активного досуга, пропаганда здорового образа жизни.

**Образовательные задачи:**

* Способствовать всестороннему, гармоническому развитию школьников, активному участию в спортивной и общественной жизни.
* Развитие физических качеств учащихся.
* Формирование мотивации здорового образа жизни у школьников.

**Воспитательные задачи:**

* Привитие интереса к изучению элементов русской народной культуры
* Привлечение воспитанников к занятиям физической культурой.
* Воспитание взаимопомощи, дружбы и товарищества.
* Способствовать развитию самоконтроля и самооценки в процессе организации разных форм двигательной активности.

**Оздоровительные:**

* Укрепление защитных сил организма к внешним воздействиям окружающей среды, закалка организма.
* Способствовать сохранению положительного психоэмоционального состояния у детей.

**Коррекционные задачи:**

* Способствовать развитию волевых качеств учащихся по средствам соревновательной деятельности.
* Развитие высших психических функций: памяти, внимания, мышления.
* Обогащение словарного запаса.

**Программа для улицы**

1. Построение, рассказ о МАСЛЕНИЦЕ, конкурсах и эстафетах, раздача протоколов. Помощниками, в проведении праздника, выступают учащиеся 9х классов, студенты ПК №1 им. К.Д.Ушинского.
2. Начало в 16.15, конец в 17.15.

3. Конкурсы, эстафеты, викторины, игры:

1. «Скакалка»
2. Веселые эстафеты
3. «Царь горы»
4. Перетягивание каната
5. «Загадки»
6. «Снежки»
7. «Подснежники»
8. «Нарисуй солнце»
9. «Кто дальше»
10. «Кто быстрее на метле»

4. Подведение итогов.

5. Награждение на линейке в пятницу.

**Подготовка к празднику:**

1. Спланировать программу Дня здоровья.
2. Подготовить помощников к проведению конкурсов (учащиеся 9-х классов, студенты).
3. Сделать листки - схемы передвижения (на пункт -конкурсов команды должны приходить в свое время; на каждой станции тратится приблизительно по 5-7 минут).
4. Сделать лист - перемещений общий (вывесить в месте сбора команд). Актив школы.
5. Подготовить инвентарь на каждую станцию. Подготовить музыкальное сопровождение. Преподаватели физической культуры, инженер по ИТ.
6. Обеспечить медицинскую помощь. Медицинский персонал учреждения.
7. Обеспечивают подготовку учеников воспитатели. Учащиеся должны быть одеты по погоде, обязательно наличие перчаток или рукавиц. Воспитатели передвигаются по станциям с детьми.
8. Подготовить удобные для данных соревнований протоколы, для судей.

Во время соревнований и игр медработнику и организаторам необходимо вести постоянное наблюдение за состоянием здоровья учащихся. Необходимо учитывать уровень физической подготовки и индивидуальные особенности физического развития школьников. Освобожденные от уроков физкультуры и отнесенные по состоянию здоровья к специальной группе здоровья должны присутствовать на Дне Здоровья, но участвуют по желанию, самочувствию в конкурсах, не требующих физической нагрузки.

**Ведущий :** Масленица – древний славянский языческий праздник перед Великим постом.

 Всю неделю объедались блинами, пирогами.

 А на улице с утра до вечера катались на горках, сражались за снежную крепость,

 устраивали катание на «тройках», кулачные бои, смотрины невест, играли свадьбы,

 гадали на урожай и судьбу, все ходили друг к другу в гости, пели песни, играли, шутили.

 Это один из самых весёлых праздников! Люди таким образом прощались с зимой, зазывали весну.

**1 СКОМОРХ**

К нам, сюда! Собирайся, народ!

Сегодня вас интересное ждет!

Игры, забавы, веселье и смех,

Праздника хватит у нас для всех.

**2 СКОМОРХ**

Начнем проводы зимы.

И согласно праздничной программе

До ворот проводим зиму мы.

А весна уже не за горами.

**3** **СКОМОРХ**

А чтобы с зимушкой проститься,

напоследок надо порезвиться.

Расходитесь, детишки по игрищам,

Покажите всем свою силищу!

Под музыкальное сопровождение раздаются протоколы соревнований по параллелям.

**Эстафеты, конкурсы, игры. Краткое описание, оборудование.**

**1. «Скакалка».** Оборудование: длинная скакалка.

ПРАВИЛА: участвуют два класса (не более 5 человек одновременно). Классы участвуют по очереди.

*Содержание.* По команде руководителя участники перепрыгивают скакалку 3раза (начальная школа), пять раз участники средней школы. Результаты в протоколе не учитываются.

**2 «Веселые эстафеты».** Оборудование: 2 стойки, 2 обруча, 2 сковородки, 2 ложки, 2 теннисных мяча . ПРАВИЛА: соревнуются два класса с равным количеством игроков в команде. Команды выстраиваются в колонну по одному на стартовой линии. *Первая эстафета* с обручем. По сигналу руководителя первый участник добегает до обруча, пролезает в него, обегает стойку, возвращается обратно, передает эстафету следующему игроку. *Вторая эстафета «Передай сковородку»:* по сигналу руководителя, держа на вытянутой руке сковородку, первый участник бежит до стойки, обегает ее и возвращается обратно, передает сковородку следующему участнику. *Третья эстафета «Не урони».* По сигналу руководителя, держа на вытянутой руке ложку с теннисным мячом, первый участник бежит до стойки, обегает ее и возвращается обратно, передает ложку с мячом следующему участнику. Побеждает команда, игроки которой первыми пересекают линию и выстраиваются в колонну. Подсчитывается количество побед в эстафетах и заносится в протокол. 1 выигрыш-1 балл.

**3. «Царь горы».** Оборудование: гимнастическая палка. ПРАВИЛА: соревнуются два класса с равным количеством игроков в команде. По сигналу руководителя первый участник берется за нижний конец палки, участник другой команды берется за палку следующим, и так по очереди до последнего участника. Побеждает та команда, у которой рука участника окажется последней на верхнем конце палки. Команде дается 1 балл, результат заносится в протокол.

**4. «Перетягивание каната».** Оборудование:канат, нарисованная линия. ПРАВИЛА: соревнуются два класса с равным количеством игроков в команде по 5 человек. Команды выстраиваются в колонну по одному напротив друг друга. По команде руководителя держаться за канат и стараются перетянуть друг друга за линию. Команда перетянувшая соперников побеждает и получает 1 балл. Результаты заносятся в протокол.

**5. «Загадки».** Оборудование: загадки.

 И с икрой, и со сметаной –

 Всякие они вкусны!

 Ноздреваты и румяны –

 Наши солнышки-… ***(блины***)!

 Тает снежок, ожил лужок.

 День прибывает. Когда это бывает?

 ***(Весна)***

 Первым вылез из землицы

 На проталинке.

 Он мороза не боится,

 Хоть и маленький.

 ***(Подснежник)***

 В голубенькой рубашке

 Бежит по дну овражка.

 ***(Ручеек)***

 Здесь на ветке чей-то дом

 Ни дверей в нем, ни окон,

 Но птенцам там жить тепло.

 Дом такой зовут ...

 ***(Гнездо)***

 Что за праздник - объеденье!

 В этот день печем блины.

 Их помажем мы вареньем

 До чего ж они вкусны!

 ***(Масленица)***

 Ну-ка, кто из вас ответит:

 Не огонь, а больно жжёт,

 Не фонарь, а ярко светит,

 И не пекарь, а печёт? ***(Солнце)***

Результаты в протоколе не учитываются.

**6. Конкурс «Снежки».** Оборудование: 2 ведра, 20 бумажных снежков. ПРАВИЛА: соревнуются два класса, каждый класс совершает 10 бросков снежков в ведро. Расстояние меняется в зависимости от возраста участников. Подсчитывается количество попаданий и заносится в протокол.

**7. Конкурс «Подснежники».** Оборудование: 2 корзинки, 30 бумажных подснежников, два обруча (полянки на которых растут подснежники), стартовая линия. ПРАВИЛА: команды выстраиваются в колонну по одному на стартовой линии, на стартовой линии ставится корзинки. По сигналу руководителя первый участник бежит «срывает» один подснежник кладет его в корзину, после этого бежит следующий участник. «Срывать» можно только один цветок каждому участнику. Побеждает та команда, которая больше соберет подснежников за 1.5 – 2 минуты (в зависимости от возраста участников). Баллы выставляются по количеству собранных подснежников. Результаты заносятся в протокол.

**8. Конкурс «Нарисуй солнце».** Оборудование: 2 мольберта, маркеры, альбомные листы. ПРАВИЛА: команды выстраиваются в колонну по одному. Первый участник рисует само солнце, а остальные рисуют по одному лучику. Время конкурса 3 минуты. Результаты в протоколе не учитываются.

**9. «Кто дальше».** Оборудование: 2 стойки, стартовая линия. ПРАВИЛА: соревнуются два класса с равным количеством игроков в команде (не менее 7 человек). Команды выстраиваются в колонну по одному на стартовой линии. По команде руководителя первые участники совершают прыжок в длину с места. На место приземления ставится стойка и проводится линия. Следующий участник прыгает в длину с места от линии первого участника и т.д. Выигрывает та команда, длинна прыжков которой больше. (1 балл). Результаты заносятся в протокол.

**10. Конкурс «Кто быстрее на метле».** Оборудование: две метлы, 2 стойки. ПРАВИЛА: соревнуются два класса с равным количеством игроков в команде. Команды выстраиваются в колонну по одному. По сигналу ведущего первые участники бегут верхом на метле до стойки, обегают ее и бегут обратно, передают метлу следующему участнику. Побеждает команда, последний игрок которой первыми пересекает линию и передает метлу первому участнику. Балл ставятся в протокол победившей команде.

**ПРОТОКОЛ**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **название** | **время** | **Место расположения** | **Класс****баллы** | **Класс****баллы** |
| **1** | **«Скакалка»** |  | **У центральной клумбы** |  |  |
| **2** | **«Веселые эстафеты»** |  | **Футбольное поле** |  |  |
| **3** | **«Царь горы»** |  | **У центральной клумбы** |  |  |
| **4** | **Перетягивание каната** |  | **Футбольное поле** |  |  |
| **5** | **«Загадки»** |  | **У центральной клумбы, пост охраны** |  |  |
| **6** | **Конкурс «Снежки»** |  | **За спальным корпусом, слева** |  |  |
| **7** | **Конкурс «Подснежники»** |  | **Футбольное поле** |  |  |
| **8** | **«Нарисуй солнце»** |  | **У центральной клумбы** |  |  |
| **9** | **«Кто дальше»** |  | **За спальным корпусом, справа** |  |  |
| **10** | **«Кто быстрее на метле»** |  | **Баскетбольная площадка** |  |  |
|  | **Итог** |  |  |  |  |