**ПЛАН**

**ПРОВЕДЕНИЯ**

***ДНЯ ЗДОРОВЬЯ***

1. **Открытие Дня здоровья**
2. **Стартовая разминка**
3. **Путешествие «Здоровье всего дороже»**
4. **Волейбол. Товарищеская встреча команд учащихся и коллектива школы.**
5. **Закрытие Дня здоровья**

**Остановка**

***Слушайте внимательно,***

***Очень занимательно:***

***Чего нет в капусте,***

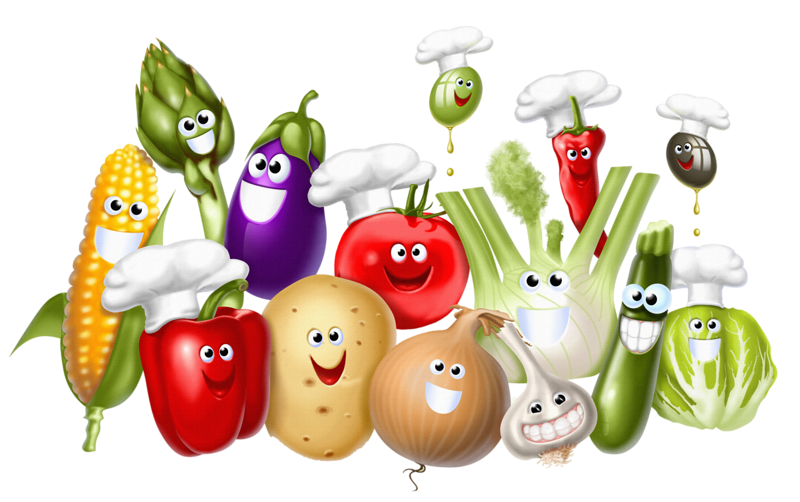
***Ни в свекле, ни в репе,***

***А есть в моркови,***

***Огурце и помидоре?***

КОДОВОЕ СЛОВО…





**Остановка**

1. Ответить на вопросы «Полезно - вредно»

-Читать лежа…(вредно)

-Смотреть на яркий свет…(вредно)

-Промывать глаза по утрам…(полезно)

-Смотреть близко телевизор…(вредно)

-Употреблять в пищу морковь, петрушку…(полезно)

-Тереть глаза грязными кулаками…(вредно)

-Заниматься физкультурой…(полезно)

2. “Бег в одном валенке”.

Участник на одну ногу надевает валенок и бежит в нем до отметки и обратно.

1. «Обруч»

Прокатить обруч до стены и обратно.

**Остановка**

***В комнате было 12 цыплят, 3 кролика,***

***5 щенят, 2 кошки, 1 петух и 2 курицы.***

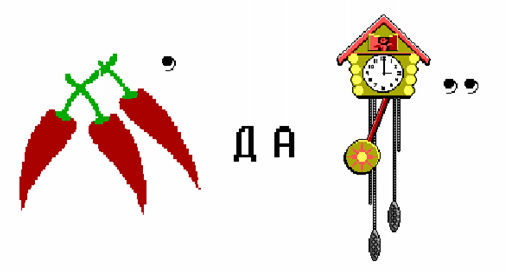
***Сюда зашел хозяин с собакой.***

***Сколько в комнате стало ног?***

КОДОВОЕ СЛОВО…



**Остановка**



1. Конкурс «Весёлые картинки» (все)

Взяв по карандашу в каждую руку, по команде одной рукой рисуют треугольник, второй – квадрат

(одновременно).

1. Конкурс «Воздушный шарик».

Задание: шарик положить на пол и дуть на него, перемещая к финишной линии,

затем, взяв шарик в руки, бежит к команде, передаёт следующему участнику и т.д.

**Остановка**

***Вдоль улицы стоят 100 домов.***

***Мастера попросили изготовить номера для всех домов от 1 до 100.***

***Чтобы выполнить заказ, он должен запастись цифрами.***

***Сколько девяток потребуется мастеру?***

 КОДОВОЕ СЛОВО…

**Остановка**

1. «Коллективный прыжок в длину».

Задание:

первый участник из команды становится на линию старта и совершает прыжок в

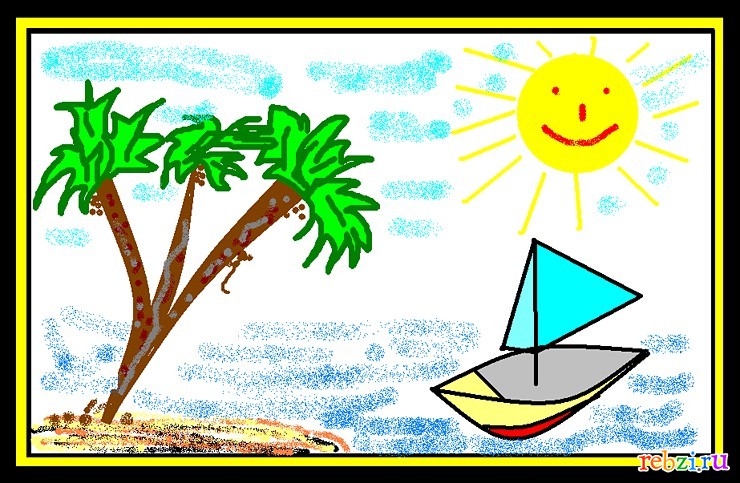
длину, судья отмечает мелом, второй прыгает от отметки, затем третий.

Побеждает та команда, у которой самый длинный прыжок.

**Остановка**



 КОДОВОЕ СЛОВО…



**Остановка**

1. Досказать пословицы

1. Хлеб да вода...

2. Волка ноги...

3. Кто не работает…

4. Землю красит солнце, а человека...

5. Незваный гость - хуже ...

6. Кашу маслом ...

7. Красна изба углами, а обед ...

8. Хочешь есть калачи...

9. Делу время – потехе…

1. Задание:

Дети: по сигналу прыгают через скакалку до контрольной отметки, и возвращаются к команде.

3. Вопросы:

1)Назовите местоимения, которые мешают водителям

2)Какие местоимения самые чистые?

3)С птицы начинается, зверьком кончается, как город называется?

4)У какой птицы крылья покрыты чешуёй?

4. Конкурс «Перевертыши»

Задание: составить слово из слова «перевёртыша».

1) Опле (поле)

2) Рванья (январь)

3) Клероза (зеркало)

4) Лауци (улица)

5) Бадусь (судьба)

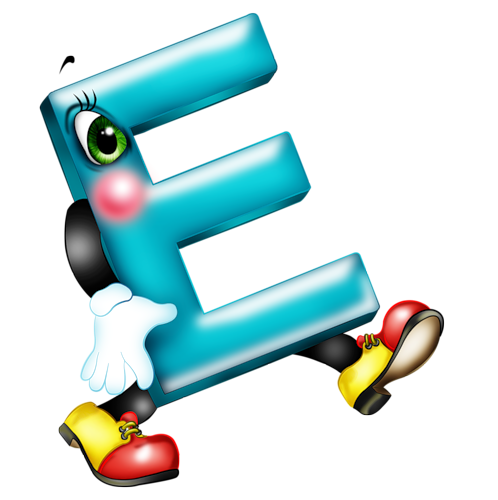
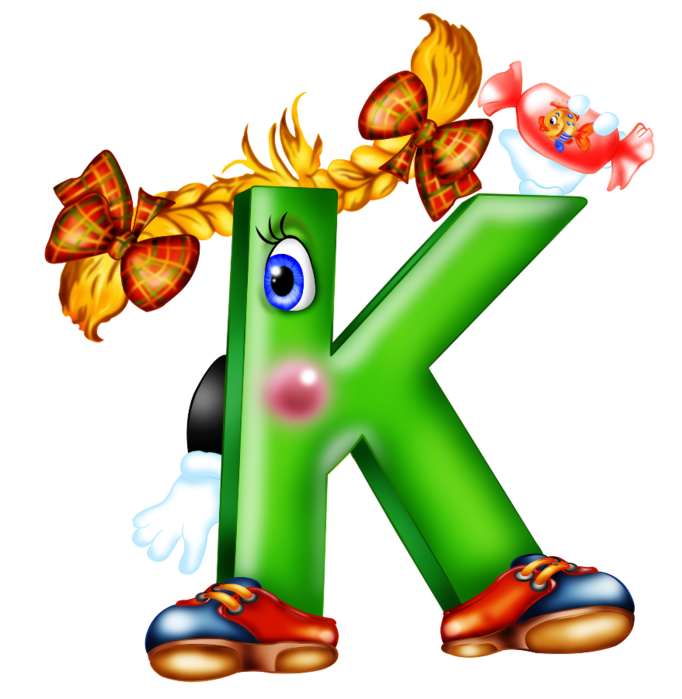
**Остановка**

***Кулик не велик,***

***Сотне ребят велит:***

***То сядь да учись,***

***То встань – разойдись***

 КОДОВОЕ СЛОВО…



**Остановка**

1. Итак, посмотрите ребята, куда мы с вами попали? Это природный заповедник. И сейчас мы увидим первого животного. А чтобы узнать кто это, нужно отгадать загадку:  
   Он ходит, голову задрав.

Не потому, что гордый нрав,

Не потому, что важный граф,

а потому, что он ... (жираф)  
  
Подготовительная часть комплекса упражнений «В мире животных» Упражнение на осанку.  
И.п. – основная стойка. На счет 1-4 поднять руки вверх, кисти отогнуть ладонями вниз. На 5-8 правой рукой достать левое ухо, левой взяться за нос подниматься на полупальцы и потянуться вверх всем телом. На 1-4 медленно опуститься на всю стопу, на 5-8 опустить руки вниз.

1. Рыжая плутовка, хитрая да ловкая, в сарай попала, кур пересчитала. (Лиса)  
   «Лиса и кот». Танцевальные шаги.  
   И.п. – о.с. На 1-8 ходьба на месте, с носка на всю стопу. На 1-8 ходьба в повороте направо. На 1-8 ходьба в повороте налево. На 1-4 ходьба вперед, на 5-8 ходьба назад

Лиса и кот вас не боятся. А мы отправляемся дальше.

1. Крылатый, горластый – Красные ласты. В воде купался, сух остался.  
   Щиплет за пятки, беги без оглядки! (Гусь) Пройтись гуськом
2. Летом, в болоте, вы ее найдете. Зеленая квакушка. Кто это? (Лягушка)  
   «Лягушка». Упражнение для рук и плечевого пояса.   
   И.п. – стойка ноги на ширине плеч. Подпрыгивать и громко квакать.

Остановка

***Не слыша волны океанской,***

***Морского простора не зная,***

***В далекой степи африканской***

***Резвится тельняшка морская***

 КОДОВОЕ СЛОВО…

Остановка

1. Рассказ небылица. Найти 4 экологические ошибки

Летом я жила в деревне. У бабушки большой огород, поэтому работы хватало всем:

натаскать утром воды, в обед полить, вечером прополоть.

Чего только нет на бабушкином огороде: картофель, капуста, морковь, огурцы,

помидоры.

Когда зацвели огурцы, мы обрывали все пустоцветы.

Пришлось окучивать лук, морковь, поливать подсолнечник.

1. Собрать картинки – пазлы.
2. Где обитают эти животные? (в Африке)
3. Кто это? (Жираф)

3. Что означают знаки экологической маркировки?

Остановка

1. Он пишет музыку для нас,

Мелодии играет,

Стихи положит он на вальс.

Кто песни сочиняет?

1. Нужен музыке не только «сочинитель»,

Нужен тот, кто будет петь. Он …

1. Тот, кто песни не поет, а слушает,

Называется, ребята, …

1. Если текс соединить с мелодией

И потом исполнить это вместе,

То, что вы услышите, конечно же,

Называется легко и просто - …

Остановка

Задание: экспромтом исполнить песню о спорте

(команде раздаются листочки с текстом песни)

1. Песня из к/ф «Вратарь»
2. Песня «Гимн спорту» (на мотив песни «Солнечный круг»)
3. Песня «Будь здоров!» (на мотив песни «Чунга – чанга»)
4. Песня « На зарядку становись!»

**Знаки экологической маркировки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Знаки** | **Значение знака** |
| 1. | http://bio.1september.ru/2008/19/3.gif | Этот знак означает, что упаковку следует выбросить в урну. Рядом с ним иногда пишут: «Содержи свою страну в чистоте!» или просто «Спасибо». |
| 2. | http://bio.1september.ru/2008/19/2.gif | Знак, на котором нарисованы бокал и вилка, говорит о том, что товар изготовлен из нетоксичного материала и может соприкасаться с пищевыми продуктами. |
| 3. | http://bio.1september.ru/2008/19/1.gif | Такой знак ставят на упаковке, изготовленной из материала переработанного (Recycled) или пригодного для переработки (Recyclable). Производителям рекомендуется рядом со знаком уточнять процент «вторичности», например: «Изготовлено на 95% из переработанного картона». На немецких картонных упаковках иногда можно встретить еще и такую фразу: «Плоско сложенная, я становлюсь макулатурой. Спасибо». |
| 4. | http://bio.1september.ru/2008/19/6.gif | Так выглядит первая российская экомаркировка «Листок жизни» – товарный знак экологического качества продукции, появившийся в 2001 г. в Санкт-Петербурге. Чтобы маркировка соответствовала требованиям стран Евросоюза, России нужно вступить во Всемирную ассоциацию по экологической маркировке «Глобал эколейблинг нетворк» (GEN) и получить от Европейского сообщества признание российского природоохранного законодательства. |
| 5. | http://bio.1september.ru/2008/19/5.gif | Знак «Не выбрасывать! Сдать в специальный пункт по утилизации» указывает на необходимость отдельного сбора и выброса использованных источников питания (батареек и аккумуляторов), отработавших ламп дневного света, разбитых ртутных термометров, содержащих опасные вещества, например ртуть, кадмий или свинец. |
| 6. | http://bio.1september.ru/2008/19/4.gif | Знак в виде треугольника из трех стрелок, означающих замкнутый цикл (создание–применение–утилизация), указывает, что данная упаковка пригодна для последующей переработки. Внутри треугольника обычно написаны одна или две цифры. Они говорят о типе материала (1–19 – пластик, 20–39 – бумага и картон, 40–49 – металл, 50–59 – древесина, 60–69 – ткани и текстиль, 70–79 – стекло). Под треугольником (а иногда и внутри его) может стоять буквенный код пластика. Такая кодировка упрощает сортировку и переработку вторсырья. Цифрой 1 обозначают полиэтилентерефталат (РЕТ), цифрой 2 – полиэтилен высокой плотности (НDРЕ), 3 – поливинилхлорид (PVC), 4 – полиэтилен низкой плотности (LDPE), 5 – полипропилен (РР), 6 – полистирол (PS), 7 – полиэтилентерефталат и полиэтилен низкой плотности (РЕT-LDPE). |
| 7. | http://bio.1september.ru/2008/19/7.gif | Знак «Зеленая точка» в черно-белом, зелено-белом и зеленом исполнениях означает, что упаковочный материал подлежит вторичной переработке в рамках «Дуальной системы». Его могут ставить на товарах фирмы, которые оказывают финансовую помощь германской программе переработки отходов «Экологичная упаковка». Действует на территории Германии. |

**ПУТЕВОДИТЕЛЬ**

Команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Маршрут | Остановка | Начало  пути  (время) | Конец  пути  (время) | Балл | Штрафной  балл | Роспись |
| АБВГДейка Помоги  себе сам  М  у  з  ы  Интеллетуальный к Охрана  остров а природы  л н  ь о  н т  а к  я а  Гора Поляна  атлетов смекалистых | АБВГДейка |  |  |  |  |  |
| Помоги  себе сам |  |  |  |  |  |
| Охрана  природы |  |  |  |  |  |
| Поляна  смекалистых |  |  |  |  |  |
| Гора  атлетов |  |  |  |  |  |
| Литературный  остров |  |  |  |  |  |
| Музыкальная  нотка |  |  |  |  |  |
| ИТОГО |  | |  |  |  |