*УТВЕРЖДАЮ*

Директор МОУ СОШ 13

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Гладышева Н.М..

«6» декабря 2014 г.

**СЦЕНАРИЙ**

**общешкольного спортивного праздника**

**«День здоровья и спорта»**

**Цель:** воспитание поколения, стремящегося к здоровому образу жизни, посредством вовлечения детей и педагогов в такие формы организации оздоровительной работы, как спортивные эстафеты, соревнования по различным видам спорта.

**Задачи:** возрождение и развитие традиций физической культуры и массового спорта

способствовать формированию у учащихся и педагогов навыков ведения здорового образа жизни;

способствовать развитию и совершенствованию таких качеств, как выносливость, ловкость, сила, мышление, умение координировать свои движения;

способствовать определению ценности своего здоровья и мер по его сохранению;

**Участники праздника**: учащиеся 9-11 классов, учителя, родители.

**Оформление спортивного зала (спортивной площадки):** плакаты «В здоровом теле — здоровый дух», «Здоровье - жемчужина человека».

**Оформление рекреации:** ствол дерева Жизни, плакат «Здоровье и труд вместе идут!» выставка-плакат «Спорт, здоровье, красота!!»

**Торжественное открытие**

**Общешкольного Дня здоровья и спорта**

**Звучит вступление песни «Физкульт-ура!»**

**Ведущий 1:**

Друзья! 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.

 **(Учитель физкультуры командует: “На зарядку - становись!” и вместе со всеми учащимися, педагогами выполняет комплекс утренний зарядки).**

1.Мы выходим на площадку
Начинается зарядка.
Шаг на месте – два вперед,
А потом наоборот.

.Руки вверх подняли выше.
Опустили – четко дышим.

**Упражнение второе.**
Руки набок. Ноги врозь
Так давно уж повелось.
Три наклона сделай вниз,
На четыре поднимись!
Гибкость всем нужна на свете,
Наклоняться будем Вместе

3.Раз - направо, два – налево.
Укрепляем наше тело.

4.Приседанья каждый день
Прогоняют сон и лень.
Приседай пониже,
Вырастешь повыше.

5.В заключенье в добрый час
Мы попрыгаем сейчас.
Раз, два, три, четыре –

В дружбе мы живем и мире!

**Ведущий 1:**Молодцы, друзья! Вижу, что многие из вас делают физзарядку, занимаются спортом.

Спорт, друзья, всем нам нужен.
Мы со спортом крепко дружим!
Спорт – помощник!
Спорт – здоровье!
Спорт – игра!

Всем физкульт – ура!

**Ведущий 2:**

Приветствуем всех,
Кто время нашел
И в школу на праздник здоровья пришел!
Мы будем здоровы, с зарядкой дружны,
Нам спорт с физкультурой, как воздух нужны!

**Ведущий 1:**А теперьпродолжаем день здоровья. И неважно, кто сегодня станет победителем. Главное – чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника. Атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Пусть дружба объединит Вас!

**.**

**Ведущий 1:**

Хорошо быть человеком!

Это сила на весь век!

**Ведущий 2:**

Это знания и мудрость,

Это ловкость, быстрота!

**Ведущий 1:**

Модным быть на день, на  месяц,

А здоровым - навсегда!

**Ведущий 2:**

Я, ты, он, она -

Мы – красивая страна!

Мы - здоровая страна!

В нас вся сила, знаю я!

**Ведущий  1:**

Над Россией солнце светит,

Светел жизни путь.

Ты счастливым будь на свете,

Будь здоровым, будь!

**Ведущий 2:**

Так давайте скажем твердо -

Всем напастям нет!

Будем мы тогда здоровы

Много, много лет!

**1-й:**Быть здоровым - это классно!

**2-й:**Друзья, здоровым быть прикольно!

**3-й:**Здоровым быть совсем не больно!

**4-й:**Болезнь- это зло, и наше коварство.

**Вместе:** Здоровье – вот наше богатство!

**Ведущий 2:**А здоровое поколение- это сильная страна!

Именно под таким девизом будут проходить сегодня мероприятия, посвященные Дню здоровья и спорта!

**Ведущий 1:**А первооткрывателями  общешкольного  Дня здоровья  и спорта  станут обучающиеся 11 класса и педагоги школы..

**Весёлые старты**

.

**Ход соревнований:**

Команды представлены. Пожелаем всем успехов в предстоящих соревнованиях. Команды, на исходные позиции шагом марш!

На каждой эстафете мы будем собирать ключи к здоровью. В конце игры узнаем,  какая команда имеет больше ключей.

***Эстафета 1***

**«Пройди через болото»**

Представьте, что вокруг нас болото. Нам надо добраться до кегли, взять ключ из обруча и принести его команде. Пройти через болото можно, перепрыгивая с «кочки» на «кочку». Задача: перекладывая прямоугольные дощечки, дойти до кегли, взять ключ и обратно прыгать через прыгалку. Второй участник прыгает через прыгалку - обратно перекладывает дощечки.

**Эстафета 2.**

Пробежать до кегли, взять ключ, обратно — мяч зажат между ног.

**Эстафета 3**

***«Преодолей препятствия»***

Участники добегают до скамейке, проходят по гимнастической скамейке, берут из обруча по одному ключу. Обратно бегом.

***Конкурс «Творческая фантазия»***

На альбомном листе бумаги нарисовать командный рисунок на тему «Вредные привычки — это смерть!»

**Эстафета**

***«Кто первый?»*** проскакать на двух ногах, взять мяч и им попасть в баскетбольное кольцо. Попадание - обратно в команду. В том случае, если участник не попадает в цель, он делает 5 приседаний.

***Эстафета.***

         Пронести теннисный мяч на ракетке, преодолевая препятствия (кегли) до линии, пронести мяч на ракетке обратно. Передается эстафета следующему участнику.

**Эстафета**

 ***«Переправа»***

***Передача баскетбольного мяча, как во встречной эстафете.***

**Подведение итогов. Награждение команд.**