муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей

дом детского творчества станицы Калининской



Конкурсно– игровая программа: «Мы за здоровый образ жизни» в объединениях «Волшебный бисер», «Мастерица».

Педагог дополнительного образования

Оленюк Елена Анатольевна

ст. Калининская

 2015г

**Конкурсно-игровая программа «Мы за здоровый образ жизни».**

1. **Организационный момент.**

1. Разделить детей на две команды.

2. Выбрать капитанов команд.

3. Придумать название и девиз

1. **Проведение конкурсов и игр.**

**Первый конкурс: Игра «Да – Нет»**

Задание - дайте правильный ответ,
Когда – «да», а когда – «нет»

-Хороша ли чистота?..(да)
-А режим и доброта?..(да)
-Знанья, ум и красота?..(да)
-Сила, бодрость навсегда?..(да)
-Долго ль проживем без бед,
Коль болезням скажем нет?..(нет)
 -А наркотики беда?..(да)
-Их не примем никогда?..(да)
-Им решительный ответ –
Нет , нет, нет и только …(нет)

**Второй конкурс: НОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА.**

Каждый год в мире появляется хотя бы один новый вид спорта. Некоторые из новых спортивных дисциплин, например, шортрек или фристайл, завоевывая популярность, включаются в олимпийскую программу. Некоторые, как метание апельсинов, не сумев завоевать сторонников, остаются популярными лишь в пределах области, штата или департамента. Попробуйте придумать новый вид спорта (его название и правила), который мог бы вас прославить его на весь мир. Только обязательно предусмотрите использование в новых соревнованиях трех предметов спортивного инвентаря:

·       хоккейная шайба, теннисная ракетка, акваланга;

·       баскетбольный мяч, боксерские перчатки, велосипед;

·       ядро, хоккейная клюшка, мотоцикл;

·       теннисный мяч, лыжи, шест для прыжков в высоту;

·       футбольный мяч, штанга, легкоатлетический барьер.

**Третий конкурс: Освободители** — динамичная игра, хорошо развивающая слух, внимательность, координацию и реакцию у ведущего игрока и ловкость и реакцию у остальных игроков.

Образуют круг из стульев, для того чтобы ограничить перемещение игроков. Участник со связанными руками и ногами (пленник) сидит в центре круга, обра­зованного из стульев. Рядом с ним находится игрок с завязанными глазами (охранник). Остальные участники игры (освободители) пытаются освободить пленника, то есть пытаются развязать его. Охранник должен помещать. Задевая любого участника, он выводит его из игры, тот должен уйти за круг стульев. Игрок, которому удается освободить пленного и не быть пойманным, сам становится охранником в следующий раз.

**Четвертый конкурс: Загадки.**

Его бьют, а он не плачет,
Его бросают, - назад скачет.
*(Мяч).*

Этот конь не ест овса.

Вместо ног — два колеса.

Сядь верхом и мчись на нём.

Но умело правь рулём. (Велосипед)

Силачом я стать хочу.

Прихожу я к силачу:

— Расскажите вот о чём:

Как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ:

— Очень просто. Много лет

Ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я ... (Гантели)

По утрам и вечерам
Чистит - чистит зубы нам,
А днем отдыхает,
В стаканчике скучает **(зубная щетка)**

Что за чудо-бегуны

Одинаковой длины

По снегам к берёзке

Тянут две полоски? (Лыжи)

Загадка эта нелегка:

Пишусь всегда через два «к».

И мяч, и шайбу клюшкой бей,

А называюсь я ... (Хоккей)

Ускользает, как живое,
Но не выпущу его я.
Белой пеной пенится,
Руки мыть не ленится.
(Мыло)

### Пятый конкурс: Прыжки через ров

На песке (земле, полу) игроки рисуют две линии на небольшом расстоянии друг от друга. Эти линии — «ров». Игроки делятся на две команды.

По очереди игроки из разных команд подходят ко «рву» с закрытыми глазами и прыгают. Задача — перепрыгнуть через «ров», не наступив на линию. Выигрывает команда, в которой больше участников перепрыгнули через ров и не задели черту.

1. **Подведение итогов.**

1. Награждение победившей команды.