государственное бюджетное общеобразовательное

учреждение Самарской области

средняя общеобразовательная школа с. Кашпир

муниципального района Приволжский Самарской области.

СПОРТИВНОЕ МЕРОПРИЯТИЕ

***«День здоровья»***

Учитель физической культуры: Лёзина Нина Николаевна.

Традиционно в нашей школе проводится в сентябре и мае «День здоровья». Это любимый праздник детей.

ЦЕЛЬ:

Популяризация занятий физкультурой и спортом у подрастающего поколения.

ЗАДАЧИ:

* Содействовать формированию потребности в здоровом образе жизни.
* Способствовать вовлечению обучающихся в активную школьную жизнь.
* Развивать чувство товарищества и взаимопомощи.

ИНВЕНТАРЬ:

Шнур, верёвка, дощечки, мешки, скакалка, секундомеры, путеводные листы, ручки,

мячи, корзина, лук.

СУДЕЙСТВО:

На каждой станции стоит учитель и ставит баллы в путеводный листок.

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

Лесополоса у реки.

УЧАСТНИКИ: все дети со 2 по 11 класс.

Ход праздника.

Построение, вручение путеводных листов классам (приложение 1), судьи занимают свои места и классы отправляются по своим станциям. Станций (10 штук) по количеству классов.

***Первая станция:*** **«Переправа через болото».**

Чертятся две линии. Линия старта и через 8 метров линия финиша. Дети по команде учителя начинают передвигаться по дощечкам до финиша. Потом берут дощечки и бегут на линию старта, передают дощечки другому игроку. Секундомер выключают тогда, когда пройдет дистанцию последний участник команды. Время записывается в путеводный лист.

***Вторая станция:* «Паутина».**

Между деревьями на высоте 50см. натягивается верёвка в виде паутины. По команде учителя первый участник начинает ползти под паутиной, как только он прополз, начинает эстафету следующий. На последнем участнике секундомер выключается. Время записывается в путеводный лист.

***Третья станция:*** **«Переправа через ущелье».**

Между двумя деревьями натягивается верёвка. Если проходят дистанцию все участники команды, ей ставится 5 баллов.

***Четвёртая станция:*** **«Прыжки в мешках».**

Чертятся две линии на расстоянии 8 метров друг от друга. Дети по команде учителя начинают прыгать в мешке туда и обратно. На линии старта другой участник уже ждёт предыдущего, стоя в мешке. Секундомер выключают тогда, когда пройдет дистанцию последний участник команды. Время записывается в путеводный лист.

***Пятая станция:*** **«Попрыгунчики»**

Каждый участник прыгает на скакалке 15сек. Количество прыжков складывается и сумма записывается в путеводный лист.

***Шестая станция:*** **«Угадай-ка».**

Участникам предлагается 14 загадок.

Сколько угадали - столько и баллов набрали. (Приложение 2)

***Седьмая станция:*** «**Литературная».**

Детям даётся слово «телефонистка». Нужно составить как можно больше слов. Сколько слов составили - столько и получили баллов.

***Восьмая станция:*** **«Попади в цель».**

Чертится линия старта: 3 метра - для 2-5 классов, 4 метра - для 6-8 классов, 5 метров - 9-11 классов. Дети за 3 минуты должны

кидать мячи в корзину по очереди. Сколько попаданий - столько и баллов.

***Девятая станция:***  **«Старик – лесовик».**

Дети должны ответить на вопросы «Старичка-лесовичка» письменно.

На сколько вопросов ответили - столько и заработали баллов. (Приложение 3)

***Десятая станция:*** **«Меткий стрелок».**

Каждый участник должен из лука попасть два раза в шарик. Сколько попаданий – столько и баллов.

***Подведение итогов:***  средний балл по возрастным группам (первая группа 2,3,4,5 классы; вторая группа 6,7,8, классы; третья группа 9,10,11 классы) определяется следующим образом: время прохождения дистанции делится на количество участников команды.

Итоги подводим по группам.

Таблица результатов вывешивается на стенд для информации учащихся. Все команды награждаются грамотами и сладкими призами.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| классы | «Переправа через болота» | место | «Паутина» | место | «Переправа через болото» | место | «Прыжки в мешках» | место | «Попрыгунчики» | место | «Угадай-ка» | место | «Литературная» | место | «Попади в цель» | место | «Старик-лесовик» | место | «Меткий стрелок» | место | Баллы (все места складываются) | место |
| 2 | 0,89 | **4** | 5,86 | **1** | 5из7 | **4** | 0,20 | **4** | 15 | **4** | 8 | **2** | 7 | **3** | 22 | **3** | 5 | **3** | 1 | **1** | 29 | 4 |
| 3 | 0,78 | **3** | 11,6 | **4** | 2из3 | **2** | 0,12 | **3** | 20 | **3** | 3 | **4** | 5 | **4** | 31 | **1** | 5 | **3** | 1 | **1** | 28 | 3 |
| 4 | 0,48 | **1** | 10,3 | **3** | 3из5 | **4** | 0,118 | **2** | 23 | **2** | 10 | **1** | 16 | **1** | 12 | **4** | 13 | **1** | 0 | **4** | 23 | 2 |
| 5 | 0,6 | **2** | 7 | **2** | 5из5 | **1** | 0,116 | **1** | 24 | **1** | 5 | **3** | 9 | **2** | 25 | **2** | 13 | **1** | 0 | **4** | 19 | 1 |

Итак, для каждой возрастной группы.

**Приложение 1. *Станция «Старик – лесовик»***

Вопросы.

* Какую пользу приносит лес?
* Как узнать возраст сосны, не спиливая дерева? (По числу мутовок плюс два.)
* Сколько времени живёт хвоя сосны и ели? (Сосны -2-3 года, ели 5-6 лет.)
* Определите по листьям породы деревьев.
* Как по муравейнику определить стороны света? (Склон – с юга.)
* Почему сосну называют «пионером леса»? (Сосна неприхотлива, легко выносит и засуху, и морозы.)
* Древесину какого дерева и почему используют в производстве спичек? (Древесину осины, она не даёт при сгорании копоти.)

**Приложение 2.** ***Путеводный лист.***

В кружочки пишется название станции учителем заранее, чтобы дети знали куда идут. Жюри – учителя пишут на станции заработанные баллы или время.

старт

Финиш

Список класса: (кто участвует)

**Приложение 2. *Примерные загадки и ответы на них.***

* Меня ждут – не дождутся, а как дождутся – разбегутся. (Дождь)
* Идёт по соломе – не шуршит, идёт по воде – не тонет, идёт по огню – не горит. (Тень)
* Ест – не наедается, а попьёт – сразу умрёт. (Огонь)
* В маленьком амбаре держат сто пожаров. (Спички)
* С ногами, без рук; с сиденьем, без живота; со спиной, безголовы. (стул)
* Круглый, сверху кожа, снизу тоже, а в середине нет ничего. Стукнешь – откликается. (Барабан)
* Никого она не обижает, а все её толкают. (Дверь)
* Сам не берёт и ворам не даёт. (Пугало)
* Сер, да не волк, длинноух, да не заяц, с копытами, а не лошадь. (Осёл)
* Четверо братьев: и не сходятся, и не расходятся, и не отстают, и не догоняют. (Колёса телеги)
* Тянется нитка, а в клубок не смотать (дорога)
* С бородою, а не старик; с рогами, а не бык; не конь, а брыкается; доят, а не корова; с пухом, а не птица; лыко дерёт, а лаптей не плетёт. (Коза)
* Не вода, не суша, ногами не пройдёшь, на лодке не проплывёшь. (Болото)
* Море есть – плавать нельзя, дороги есть – ездить нельзя, земля есть – пахать нельзя. (Географическая карта)

**Приложение 3***. Станция «Старик – лесовик»*

*Вопросы.*

* Какую пользу приносит лес?
* Как узнать возраст сосны, не спиливая дерева? (По числу мутовок плюс два.)
* Сколько времени живёт хвоя сосны и ели? (Сосны -2-3 года, ели 5-6 лет.)
* Определите по листьям породы деревьев.
* Как по муравейнику определить стороны света? (Склон – с юга.)
* Почему сосну называют «пионером леса»? (Сосна неприхотлива, легко выносит и засуху, и морозы.)
* Древесину какого дерева и почему используют в производстве спичек? (Древесину осины, она не даёт при сгорании копоти.)