

Праздник «Будь здоров!»
(2015-2016 учебный год, 2-в класс,
классный руководитель Касьянова Е.В.)

Ход праздника:

Ведущий: Добрый день, дорогие друзья!

Добро пожаловать, гости дорогие!

Веселье вам, да радости желаем!

Сегодня мы проводим Спартакиаду среди учеников нашего класса!

Что такое Спартакиада?

Это честный бой!

В ней участвовать – это награда!

Победить же может любой!

А чтоб победы нам добиться,

Нужно дружно всем потрудиться,

Правила все соблюдать

И отлично их выполнять!

Ведущий: Девиз нашей Спартакиады:

«Один за всех и все за одного!»

Все хотят соревноваться,
Пошутить и посмеяться,
Силу, ловкость показать,
И сноровку доказать.

Этой встрече все мы рады,
Собрались не для награды.
Нам встречаться чаще нужно,
Чтобы все мы жили дружно.

Здоровье - это не игрушка. Легко сломать, нельзя купить. Давайте лучше мы подумаем, как нам его сохранить. В старину говорили, что здоровье приходит золотниками, а уходит пудами. Золотник - это совсем небольшой вес, примерно вес одной пятикопеечной монеты, а пуд- 16 кг. Это значит, стать здоровым можно постепенно, а вот потерять здоровье намного быстрее.

А судить наши соревнования будет самое строгое, но справедливое жюри
(*Представление жюри*).

Пусть жюри весь ход сраженья
Без промашки проследит.
Кто окажется дружнее
То того и победит (*Напутственные слова членов жюри*)

Ведущий: А сейчас **Клятва**.

- От имени всех участников соревнований торжественно клянемся:
- участвовать в этих соревнованиях, соблюдая правила по которым они проводятся, уважая слабого соперника;
 - клянемся соблюдать олимпийский девиз: “Быстрее! Выше! Сильнее!”;
 - клянемся соревноваться в истинно спортивном духе во славу спорта и во имя чести своей команды.
- Клянемся! Клянемся! Клянемся!

Ведущий: Объявляю товарищескую встречу открытой!
Конкурсная программа

1. ПРИВЕТСТВИЕ.

Капитан команды «Нехворайка»: Вас приветствует команда...

Все: «Нехворайка»

Мы решили никогда не болеть.

Не болеть? Это надо уметь.

Капитан: Наш девиз -...

Все: «В здоровом теле – здоровый дух».

Капитан команды «Крепыш»: Вас приветствует команда...

Все: «Крепыш».

Стань здоровым, ловким, крепким!

Стань выносливым и метким.

Капитан: Наш – девиз -...

Все: «Если хочешь быть здоров, закаляйся».

“Вращающийся мяч” – “Удочка прыжковая”

(по 3–4 участника от команды).

Конкурс зажигательный – самый обаятельный.

Победу здесь одержит тот, кому сегодня повезет.

Скачи, как конь или олень, но мяч ногами не задень.

(В центре круга водящий, присев, вращает скакалку с мешочком песка, а участники игры перепрыгивают “удочку” каждый раз, когда она проходит у них под ногами. Игра продолжается до тех пор, пока в кругу не останется 1 участник).

4. Перетягивание каната (*Командное перетягивание каната*)

Сейчас командам предоставим

Возможность силу проявить.

Канат тянуть им сейчас придется

А ну, болельщик, помоги!

5. “Золотая лихорадка”

Сила знаний всем известна,
Надо знания ценить.
С книгой умной, интересной
Стоит каждому дружить.
Книг о спорте много разных.
На любой найдется вкус.
Спорт возвышенно – прекрасный,
Он достоин всех искусств!

Я приглашаю вас принять участие в конкурсе “Золотая лихорадка”. Вы ответите на мои вопросы, и та команда, которая даст последний правильный ответ, получит 1 балл. Всего вопросов будет 3, в этом конкурсе команда может заработать 3 балла.

1 вопрос: Назовите спортивные игры, в которых в мяч играют руками (волейбол, баскетбол, регби, бейсбол, гандбол, лапта и т.д.).

2 вопрос: Назовите виды спорта, которые проводятся на воде (плавание, водное поло, гребля, парусный спорт, водные лыжи, прыжки в воду и т.д.).

3 вопрос: Назовите виды спорта, в которых используют лыжи (лыжные гонки, биатлон, прыжки с трамплина, фристайл т.д.).

9. Спортивная юмористическая эстафета.

- Два участника стартуют парами, удерживая лбами волейбольный мяч, добегают до отметки, возвращаются бегом к месту старта.
- Участники стартуют парами, один в упоре лежа передвигается, отталкиваясь руками. Другой держит его сзади за ноги. Добираются до отметки, меняются ролями, возвращаются к месту старта.

12. Конкурс «Пингвин»

Для игры понадобится два мяча (можно заменить двумя апельсинами или яблоками). Ведущий делит желающих участвовать в игре на две команды.

Каждая команда выстраивается в колонну. На расстоянии 4-5 метров от первого игрока команды нужно прочертить полосу или положить веревку.

Каждой команде выдается по одному мячу. Первые игроки берут мяч, зажимают его между ног. Этот мячик они должны пронести до отметки и обратно, но они должны идти как пингвины, вразвалочку. Прыгать и бежать нельзя. Если кто-то нарушает правила, начинает выполнять задание сначала.

Побеждает та команда, которая раньше справится с заданием.

13. Конкурс «Метание воздушных шариков»

Конкурс проходит в два этапа. Задача участников в том, чтобы как можно дальше кинуть воздушный шар. Второй этап. Теперь их задание усложняется. Они должны кинуть шарики назад. Побеждает тот, у кого дальше всех улетит шарик.

14. Игра «Примерзли» (Приложение1)

Для конкурса вам потребуется приготовить листочки, на которых нужно написать части тела, например, губы, рука, нога, ухо, мизинец на левой руке, нос. Эти листочки складываются в коробку или шапку так, чтобы не было видно, что написано на листочке.

Выходят два участника, каждый берет по одному листочку, они должны присоединиться друг с другом указанными частями тела. Таким образом, два участника примерзают друг к другу. К ним подходит следующий участник, он и один из первых игроков берут по одному листочку, примерзают друг к другу. Подходит еще один участник и так далее. Получается очень забавная цепочка. Не забудьте ее сфотографировать.

15. Игра «Охота»

Охота – активная игра для развития ловкости, раскрепощенности, координации движений. На карточках записывают имена всех участвующих в игре игроков. Карточки перетасовываются и раздаются играющим. Игроки танцуют под музыку и в это время следят за тем, чье имя записано на его карточке (добыча) как можно незаметнее. Как только музыка останавливается, охотник должен схватить свою добычу. Но каждый игрок-добыча в свою очередь, должен схватить другого игрока, для которого он является охотником.

Ведущий: Ребята, вы любите спортом заниматься?

Дети: Да.

Ведущий: Какие виды спорта вы знаете?

Дети: футбол, баскетбол, ходьба, метание, прыжки, бег.

Ведущий: Я предлагаю всем выполнить разминку, для этого необходимо построиться в шахматном порядке. **Музыкально-ритмический танец под музыку «Солнышко лучистое...»**

Ведущий:

Сияет солнышко с утра,

Ему мы очень рады,

Ребята! Начинать пора

Нашу Спартакиаду.

Ведущий: Всем внимание! Командам построиться! Для начала наших соревнований предлагаю передать факел с огнем! Команды Смирно! Равнение на флаг! Флаг поднять! **/звучит музыка, гимн РФ/**

Ведущий: Считать Спартакиаду открытой! **/аплодисменты/**

Сегодня в Спартакиаде участвуют 4 команды.

Команды готовы?

Дети: да.

Начинаем представления: /название группы и девиз/

Ведущий: Молодцы! Ребята, оценивать наши успехи будет жюри в составе:

Ведущий: Да здравствуют сетки, мячи и прыжки,

Зеленое поле и солнечный свет!

Да здравствует отдых! Борьба и бег!

Да здравствует радость спортивных побед!

Прыжки в длину с места

Соревнование: «Прыжки в длину с места» — дети выстраиваются в колонну и прыгают в длину с места, результат воспитатель записывают.

Номинации: за лучший результат в прыжках в длину с места девочки 1,2,3 место / мальчики 1,2,3 место – из каждой возрастной группы

Прыжки через короткую скакалку

Соревнование: «Прыжки через скакалку» — дети выстраиваются в шеренгу и по сигналу прыгают. Кто лучше и дольше всех прыгает тот и побеждает, воспитатель засекает время и результат записывают.

Ведущий:

Чтобы быть всегда здоровым,

Надо очень много знать,

Только правильно питаться,

Спортом надо заниматься,

Витамины получать!

Никогда не поздно задуматься о своем здоровье. Начните прямо сейчас!

Конкурс 1. «Полезное – не полезное»

Участвуют два человека, каждому из которых выдается большой непрозрачный мешок. Участники на ощупь должны определить, что лежит в мешке, вытащив все полезное на стоящий перед ними стол, а все вредное оставить в мешке.

В мешок кладут фрукты, овощи, конфеты, сигареты и т.д. на усмотрение ведущего. Выигрывает тот, кто достанет из него все полезные вещи, которые не нанесут вреда здоровью.

Второе испытание: «Спичечная эстафета» При помощи спичек представители каждой команды должны выложить какое-либо слово. Кто первым справляется с заданием, получает заветный ключик....

Третье испытание: «хитрый ход» На стол необходимо положить 30-40 палочек или бумажных полосок. Представители команд должны по очереди брать 1,2 или 3 их них. Проигравшим считается тот, кому остается последняя

палочка. Победители, как всегда, получают ключик....

Ведущий: А теперь я приглашаю вас, наши дорогие гости, принять участие в викторине.

Вопросы.

- Что символизируют пять переплетенных колец? (Объединение в олимпийское движение пяти континентов.)
 - Какие звания присваивают спортсмену пожизненно: чемпиона Европы, чемпиона мира, олимпийского чемпиона, чемпиона России? (Олимпийского чемпиона).
 - Олимпийский девиз? (Быстрее, выше, сильнее)

Эстафета 4 “Переход болота”

У первых участников по 2 листка бумаги.. Задача – пройти через “болото” переступая по “кочкам” - листам бумаги. Нужно положить “кочку” на пол, встать на нее двумя ногами, а другую “кочку” положить впереди себя.

Побеждает та команда, которая первая прошла “болото”

(расстояние 5-6м)

Блицтурнир для болельщиков.

1. Напиток, названный в честь великого футболиста (Кофе «Пеле»).
2. Зимняя спортивная игра (Хоккей).
3. «Летние» коньки (Ролики).
4. Куда надо забить гол? (В ворота).
5. Площадка для игры в теннис (Корт).
6. Зимняя спортивная площадка (Каток).
7. Главный человек на спортивной площадке (Судья).

4 конкурс «Кенгуру».

В конкурсе участвует вся команда. Участники держат баскетбольный (резиновый) мяч между ног, прыгают до стойки, берут мяч в руки и обратно с мячом в руках бегут к команде и передают эстафету следующему участнику. Побеждает команда, первой выполнившая задание.