Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр развития творчества детей и юношества
городского поселения «рабочий поселок Чегдомын»
Верхнебуреинского муниципального района Хабаровского края

Сценарий
спортивно-познавательного праздника
«За здоровьем всей семьей»

Авторы-составители:
Зырянова М. В.,
Бычкова А. В.
Педагоги ЦРТДиЮ

п. Чегдомын 2018 г.

Пояснительная записка

Забота о здоровье является одной из основных задач современного общества. У здорового человека нет препятствий в выборе профессии и организации досуга. Воспитание осознанного отношения к своему здоровью успешно осуществляется на физкультурно-оздоровительных праздниках.

Спортивно-познавательный праздник «За здоровьем всей семьей» направлен на сохранение и укрепление здоровья, воспитание осознанного отношения к своему здоровью. Данное мероприятие рассчитано для детей младшего школьного возраста с участием их родителей.

Привлечение родителей к участию в данном мероприятии способствует укреплению семьи, дает возможность детям и родителям осуществлять совместную деятельность и гордиться за успехи друг друга. Двигательные задания данного мероприятия способствуют развитию физических качеств. Отгадывание ребусов и загадок позволяют расширить знания о здоровом образе жизни, делают мероприятие познавательным и интересным.

Спортивный праздник проводится улице. Родители и дети делятся на две равные команды. Каждая команда получает маршрутный лист, в котором отмечены задания по пяти станциям: «Давайте поиграем», «Прыжок, еще прыжок», «Эрудит», «Крутится скакалка», «Загадки и пословицы». Движение по маршрутам планируется так, чтобы команды не встретились одновременно на одной и той же станции. После того как все задания выполнены, участники праздника собираются в актовом заде, где проводится награждение победителей.

Цель: способствовать сплочению семьи и приобщению взрослых и детей к физической культуре и спорту.

Задачи: - содействовать совершенствованию физических качеств: силы, выносливости, ловкости и быстроты;

- способствовать развитию интереса к физической культуре и спорту;
- воспитывать коммуникативные качества, взаимовыручку и чувство товарищества.

Оборудование и инвентарь: мячи для подвижных игр, кроссворд (ПРИЛОЖЕНИЕ 1), подвижные игры (ПРИЛОЖЕНИЕ 2).

Ведущий : Здравствуйте, дорогие ребята и уважаемые взрослые, мы рады вас приветствовать на спортивном празднике «За здоровьем всей семьей»! Сегодня вам представится замечательная возможность получить заряд бодрости и хорошего настроения. Вам предстоит выполнять прыжки в длину с места, прыгать на скакалке, отгадывать загадки и разгадывать кроссворд. Но самое главное, это то, что вы сможете пообщаться друг с другом, показать свои умения, приобрести новых друзей. Итак, начнем.

Каждой команде выдается маршрутный лист с названиями станций. На каждой станции стоит педагог, который следит за выполнением заданий на станции, результаты вносит в протокол.

1. Станция «Давайте поиграем»

Участникам предлагается поиграть в игры по выбору «Третий лишний», «Чехарда», «Меткий стрелок», «Чижик», «Гуси-лебеди».

(Оценивание 0т 1-10 баллов за соблюдение правил игр, участие всех членов команды).

2. Станция «Прыжок, еще прыжок!»

Каждый участник команды выполняет 3 прыжка в длину с места. Лучший прыжок идет в зачет. Затем все результаты суммируются, выигрывает команда, набравшая большее количество баллов.

3. Станция «Загадки и пословицы»

Участника предлагается отгадать загадки, назвать песни и пословицы о природе, здоровье, полезных продуктах. За каждый правильный ответ загадки, название песни и пословицу команда получает 1 балл.

4. Станция «Крутится скакалка»

Участник или желающие из команды выполняют прыжки на скакалке за 30 секунд. Записывается лучший результат (кто больше прыгнет за 30 секунд). Затем все результаты суммируются, выигрывает команда, набравшая большее количество баллов.

5. Станция «Эрудит»

Каждой команде предлагается разгадать кроссворд и назвать ключевое слово. На выполнение задания дается 5 минут. За каждое правильно отгаданное и ключевое слово дается по 1 баллу.

После прохождения все участники собираются на общее построение.

Ведущий: - уважаемые участники, вот и подошел к концу наш праздник. Сейчас мы предложим слово для подведения итогов председателю жюри.

Награждение команд победителей и участников праздника грамотами и подарками

Использованная литература и Интернет-источники

Володченко В. Юмашев В. «Выходи играть во двор» Москва «Молодая гвардия» ББК 75,5 В 68 ISBN 5-235-00465-5140

Гальцова Е. А., Власенко О. П. «Спортивный серпантин»: сценарии спортивных мероприятий для младших школьников. Волгоград: Учитель 2007.- 191 стр.

http://www.portal-slovo.ru/images/vinograd/banner_vinograd_80%D1%85126.gif

http://festival.1september.ru/articles/612460/

http://www.ostrovokk.ru/forum/showthread.php?t=228

http://sc-pr.ru/vesna/706-vesna_2.html
https://www.google.ru/url

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

Подвижные игры

Игра «Меткий стрелок»

Эта забытая русская игра поможет объединить детей различных возрастов. Нужно разделиться на две равноценны команды и выстроиться на расстоянии 15-20 м в две шеренги. Один из игроков подбегает к команде противника, все игроки должны вытянуть навстречу ему ладони. Он ударяет по ладони нескольких соперников и убегает к своей команде. Тот, кого ударили последним, должен быстро слепить снежок и попасть в спину убегающего, пока тот в пути. Если снежок попадает в убегающего, тот возвращается и встает в шеренгу противника. Если же попадания не было, то в команду противника переходит неудачливый стрелок. Побеждает команда захватившая больше пленных. Вариант игры: в спортивном зале можно заменить мячики вместо снежков. Мячики лежат у ног игроков каждой шеренги.

Игра “Чижик”

Ведущий очерчивает мелом квадрат — "клетку", в ее середине устанавливает камень, на который кладет палочку — "чижик". Все по очереди подходят к "клетке" с длинной палкой и бьют по "чижику", который от удара подлетает вверх. Тогда другие игроки бьют "чижика" на лету, стараясь загнать его в "клетку". Нужно быть внимательным, чтобы самому не попасть под удар вместо "чижика". В игре оценивается ловкость, меткость игроков. Победителем становится тот, кто больше всех попал по чижику и делал промахи.

Игра “Третий лишний”

Игроки становятся по кругу попарно, друг за другом. Водящий становится в нескольких шагах одиночного игрока, оба игрока находятся снаружи круга. Игра начинается по сигналу, водящий бежит за одиночным игроком (третьим лишним), стараясь его осалить. Третий лишний убегает и может встать впереди какой-либо пары, а игрок, оказавшийся сзади, становится третьим лишним и начинает убегать от водящего. Если водящий осалил третьего лишнего, они меняются ролями.

Игра “Гуси-лебеди”

Участники игры выбирают волка и хозяина, остальные – «гуси –лебеди». На одной стороне площадки дом, где живут гуси, на другой - волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять. Гуси уходят от дома далеко. Через некоторое время хозяин зовёт гусей: “Гуси-гуси!”

Они отвечают: «Га-га-га!»
Хозяин: «Есть хотите?»
Гуси отвечают: «Да-да-да!»
Хозяин: «Ну, летите!»
Они отвечают: «Серый волк под горой
Не пускает нас домой!»
Хозяин: «Ну, летите! Как хотите,
Только крылья берегите»

Гуси бегут домой, а волк их ловит. Пойманные выходят из игры. Игра кончается, когда все гуси пойманными остались два-три самых быстрых, они и становятся победителями.

Игра “Чехарда”

Игроки становятся в колонку. Первый номер принимает следующее положение: прижимает подбородок к груди, приседает согнувшись и опирается руками в колени или стопы; по сигналу второй номер перепрыгивает через первого и становится в трёх шагах от него в такое же положение. Следующие игроки выполняют то же как можно быстрее. Когда первый номер окажется последним, он поочерёдно перепрыгивает через всех, стоящих в колонне, возвращаясь на своё место. Выигрывают те, кто аккуратнее других выполнял прыжки через игроков, не задевая их ногами.

Игра “Змейка”

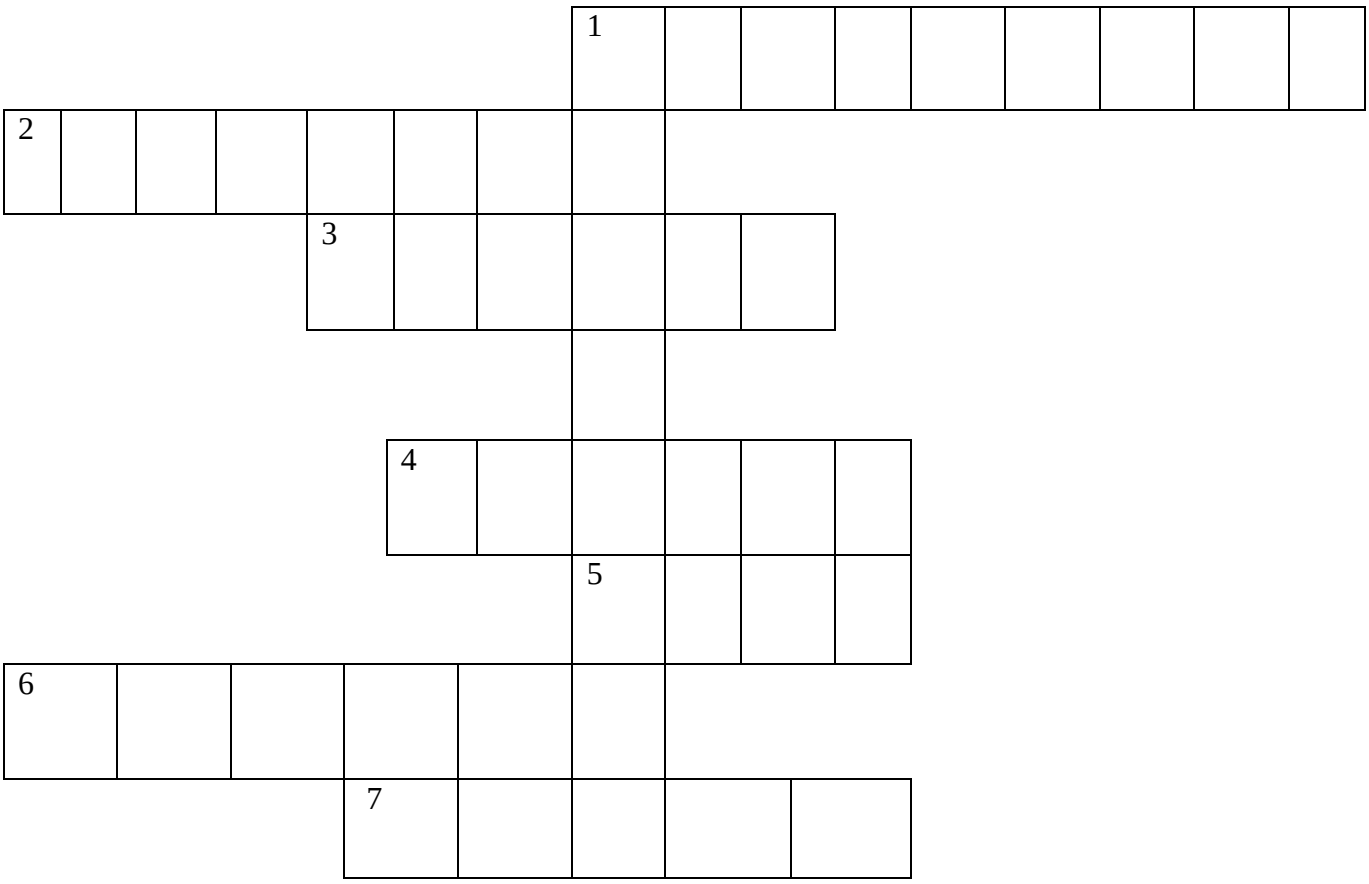
Дети берут друг друга за руки, образуя цепь. Одного из крайних в цепи играющих выбирают водящим. Он бежит, увлекая за собой всех участников игры, на бегу описывает разнообразные фигуры. Играющие должны крепко держать друг друга за руки, чтобы змейка не разорвалась и точно повторять движения водящего. Ведущему не разрешается бегать быстро. Отмечаются игроки, которые выполняли движения правильно и не разорвали цепочки.

Игра «Тише едешь – дальше будешь»

Отличная народная игра. Водящий и игроки встают по разные стороны от двух линий (они рисуются на расстоянии 5-7 метров друг от друга). Цель участников – как можно скорее достичь водящего и до него дотронуться. Тот, кто сделает это раньше остальных – занимает его место. Во время движения игроков водящий периодически произносит: «Тише едешь – дальше будешь. Стоп!» На этом слове играющие должны замереть. Теперь задача ведущего – сделать так, чтобы кто-то пошевелился, посмеется, заговорит. Тогда участнику придется вернуться на начало пути – за черту. Разрешается строить игрокам гримасы, рассказывать что-то забавное, внимательно вглядываться в глаза, но не дотрагиваться.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Кроссворд



Задание для станции «Эрудит»:

1. Лесная ягода (может расти и в саду)
2. Полезная сладость
3. Полезный напиток
4. Продукт из молока
5. Жидкость для приготовления супа
6. Густой сладкий напиток
7. Крупа желтого цвета круглой формы

Отгадай Ключевое слово: это нельзя купить за деньги