**День Здоровья**

**«Мама, папа , я- спортивная семья»!**

**для 4 класса.**

Разработала: Шапилова С.В.

учитель

начальных классов

**Цели:**

-Пропаганда здорового образа жизни.

-Развитие личности ребёнка на основе овладения физической культурой.

-Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

**Задачи:**

  укрепление отношений между школой и семьёй;  
- сплочение детей и родителей;  
- воспитание чувства коллективизма, сопереживания,  
- развитие творческого и физического потенциала учащихся;  
- развитие интереса к физической культуре и формирование ЗОЖ.

**Инвентарь**: кегли, обручи, мячи, воздушные шары, спортивные скамейки, теннисные мячи, скакалки, маты, канат, эстафетные палочки,

**Место проведения**: спортзал школы

**Форма проведения:** соревнования.

**Метод проведения:** спортивные эстафеты с музыкальным сопровождением.

**Участники:** Семьи учащихся 4-го класса МБОУ СОШ №47г.Липецка

**Для награждения:**

Победители и призеры награждаются медалями, грамотами,

*Зал украшен воздушными шарами, баннерами.*

Ход праздника.

**Ведущий 1:** Здравствуйте, дорогие ребята , уважаемые родители и гости го! Нам очень приятно видеть всех Вас сегодня в нашем спортзале! Мы начинаем самую весёлую из всех спортивных и самую спортивную из всех весёлых игр – "Весёлые старты”! И наш спортивный зал превращается в весёлый стадион! Участники соревнований будут состязаться в силе, ловкости, смекалке, быстроте!

**Ведущий 2.**А где наши участники? Давайте их поприветствуем! Ждем вас, участники, на наших спортивных площадках!

*Под музыку марша выходят участники соревнований.*

**Ведущий 1.**А кто будет оценивать наше соревнование? Давайте познакомимся с нашим жюри:

**Ведущий 2.**Мы думаем, что наши участники готовы принять участие в соревнованиях. Давайте еще раз поприветствуем наши команды.

*(Ведущие называют названия команд, а зрители их приветствуют).*

Теперь пришло время познакомиться с участниками праздника. В соревнованиях участвуют 3 команды

Представление команд (название, девиз, визитка).

**Ведущий:**Спасибо, команды! Судя по приветствия видно, что команды настроены решительно и я уверенна, будет упорная борьба! Мы продолжаем.

*Выступление детей.*

Если хочешь стать умелым,

 Сильным, ловким, смелым,

 Научись любить скакалки,

 Обручи и палки.

 Никогда не унывай,

 В цель мячами попадай.

 Вот здоровья в чём секрет –

 Всем друзьям – физкульт-привет!

Спорт, ребята, очень нужен,

 Мы со спортом очень дружим.

 Спорт – помощник!

 Спорт – здоровье!

 Спорт – игра!

 Физкульт – ура!

 А сейчас напутственные слова участникам соревнований.

Мы праздник мира, дружбы открываем.

Спортивный праздник закипит сейчас!

Мы спортом дух и тело развиваем,

Он наполнит силой каждого из вас!

Итак, с командами познакомились, жюри выбрали, напутствие услышали – пора начинать соревнование!

1эстафета.

***"За двумя зайцами ”.***

Первый игрок бежит с двумя мячами до обруча, кладет в обруч мячи, обегает обруч, возвращается назад, передает эстафету второму. Второй бежит, собирает мячи, обегает обруч, возвращается назад, передает мячи следующему и т.д.

2 эстафета.

**"Дружба”.**

Удерживая спинами большой мяч и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.

3 эстафета.

***"Змейка”.***

Участники команд выстраиваются друг за другом, передают мяч сверху. Последний участник с мячом бежит, встает вперёд и катит мяч снизу между ног. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах.

**4 конкурс** ***для болельщиков*** **“*Лети, лети мой самолет!”***

   Следующий конкурс **для болельщиков**. Было домашнее задание сделать бумажные самолетики. Пока команды отдыхают, у болельщиков есть возможность помочь своей команде заработать дополнительные очки- запустить свой самолётик, как можно дальше.

5 эстафета

***«Хоккей с мячом».***

Команды стоят на линии старта в колонну друг за другом, у направляющих в руках клюшки с мячом. На расстоянии 15 м стоит фишка. По свистку направляющий клюшкой ведёт мяч, обводит фишку и возвращается в свою команду, передавая эстафету.

6 эстафета

***«Прыгуны»***

Команды стоят на линии старта в колонну друг за другом, у направляющих в руках скакалки. На расстоянии 15 м стоит фишка. По свистку направляющий должен допрыгать до фишки, и возвращается в свою команду, передавая эстафету.

7 эстафета

***Походка пингвина***

Для игры нужно по 2 мяча на каждую команду. Первый в колонне берет один мячик в руки, а другой зажимает между ногами. В таком положении, переваливаясь с одной ноги на другую как пингвин, надо пройти от начала до конца зала и вернуться, не выронив мячи.

8 эстафета

***Гонки «сороконожек»***

Команды выстраиваются у стартовой линии в затылок друг другу, и каждый берет впереди стоящего за пояс. По сигналу ведущего команды бегут к финишной отметке. Выигрывает «сороконожка», первой достигшая цели, не развалившись.

**9 *Эстафета «Попади в цель»***

Перед каждой командой находятся обручи на расстоянии 3 метра, каждый участник забрасывает мяч в обруч.

*10 эстафета* ***«Силачи»***

Перетягивание каната. По свистку, кто перетянет канат, та команда и победила.

***10 Флэшмоб***

Подведение итогов.

Награждение команд.

Команды награждаются шоколадными грамотами за I, II ,3 места

**Ведущий:** Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Ещё раз поздравляем всех с праздником! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!

Протокол

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**п/п | **Эстафеты** | **Команды** | | |
|  |  |  |
|  | **«Приветствие»** |  |  |  |
|  | **«За двумя зайцами»** |  |  |  |
|  | **«Дружба»** |  |  |  |
|  | **«Змейка»** |  |  |  |
|  | **“Лети, лети мой самолет!”** |  |  |  |
|  | **«Хоккей с мячом»** |  |  |  |
|  | **«Прыгуны»** |  |  |  |
|  | **«Походка пингвина**» |  |  |  |
|  | **«Гонки «сороконожек»** |  |  |  |
|  | «Попади в цель» |  |  |  |
|  | **«Силачи»** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Протокол

**«Весёлых стартов».**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**п/п | **Эстафеты** |  |  |  |
| **1** | **"За двумя зайцами ”.** |  |  |  |
| **2** | **"Дружба”.** |  |  |  |
| **3** | **"Змейка”.** |  |  |  |
| **4** | **“Лети, лети мой самолет!”** |  |  |  |
| **5** | **«Хоккей с мячом».** |  |  |  |
| **6** | **«Прыгуны»** |  |  |  |
| **7** | **Походка пингвина** |  |  |  |
| **8** | **Гонки «сороконожек»** |  |  |  |
| **9** | **«Попади в цель»** |  |  |  |
| **10** | **«Силачи»** |  |  |  |
|  | **Итог:** |  |  |  |

**Награждается**

**команда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**занявшая место**

**за отличные спортивные результаты,**

**умение дружить и волю к победе**

**в спортивных соревнованиях**

**«Мама, папа, я-спортивная семья»,**

**Директор**

**МБОУ СОШ № 47 Галкина Г.И.**

Награждается

Команда\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

…

за активное участие в спортивных соревнованиях:

« Мама, папа, я- спортивная семья.»

за смелость, оптимизм, упорство в достижении цели,

за волю к победе и умение находить правильное решение.

Директор

МБОУ СОШ №47 Галкина Г.И.

2019 г.