

Сценарий шашечного турнира «Кубок Деда Мороза»

Место проведения: спортзал, Гезгаловская средняя школа

Дата: 11.12.2021

Цель: Популяризация шахматно-шашечного спорта среди детей дошкольного возраста.

Задачи:

- Совершенствовать навыки шашечной игры;
- Развивать интеллектуальные способности, самообладание, эмоциональную устойчивость, спортивный азарт, волю к победе;
- Выбатывать у детей умение применять полученные знания на практике;
- Развивать стремления детей к самостоятельности;
- Развивать: логическое, образное и аналитическое мышление.

Техническое оборудование:

- столы, стулья по количеству участников;
- шашки, шахматно-шашечные доски;
- стол и стулья для судейской коллегии, арбитров;
- бланки протоколов для судейской коллегии, арбитров;
- музыкальный центр, ноутбук.

Перед началом соревнований производится торжественный вход участников, под музыкальное сопровождение.

Ведущий:

Праздник радостный, красивый

Лучше не было и нет.

И от всех детей

Турниру шашечному – **Привет!** (все)

Участники турнира садятся на зрительские места. Идет демонстрация слайдовой презентации «История шашек»

Ведущий: Шашки — одна из самых древних игр. Первые шашки появились еще в Древнем Египте. Оттуда они начали свой путь по всему миру.

На Руси эта игра предположительно появилась во времена правления князя Владимира. Археологи нашли шашки из янтаря, глины и камней относящиеся примерно к 10 веку. Популярной же игра стала благодаря царю Петру 1, он всячески поощрял, чтобы народ играл в шашки и шахматы, проводил среди знати массовые игры.

Постепенно шашки становились все популярнее по всему миру, и в 19 веке начали проходить соревнования, турниры по шашкам.

В нашем детском саду шашечный турнир тоже стал традицией. Ежегодно наши дети «сражаются» на черно-белом поле, победители турнира представляют наш детский сад в городском шашечном турнире.

С начала учебного года вы все готовились к соревнованиям. Сегодня вы сразитесь в честном бою на шашечных досках, самые умелые из вас выйдут победителями. Пришло время представить наших игроков.

Ведущий представляет по очереди участников, представляет состав жюри

Ведущий: Я вижу, что здесь собрались достойные игроки! Вас приветствует сама Королева шахматной доски!

Звучит торжественная музыка

Входят дети в черно – белых костюмах, исполняют менуэт, с ними входит Королева шахматной доски

Королева:

Поставьте доски,

Пусть звучат фанфары, *(звучит музыка фанфар)*

Игроки займите места за столами.

Турнир начать я разрешаю!

Ведущий: Игра в шашки требует внимания и сосредоточенности, поэтому попрошу всех присутствующих соблюдать тишину в зале. Всем претендентам желаю успеха и пусть победит сильнейший!

Соревнования начинаются. Во время соревнования арбитры наблюдают за ходом игры, судейская коллегия ведет протокол соревнования для выявления победителей.

Ведущий: Вот и подошел к концу наш шашечный турнир. Вы храбро сражались за победу. Приступим к награждению победителей и участников шашечного турнира.

Награждение победителей медалями и дипломами, участников шашечного турнира – сертификатами.

Королева: Мне очень понравилась ваша игра. Дружеское сражение на шахматных досках развернулись нешуточные, каждый настроен был на победу. Победил сильнейший, но это всего лишь игра. Учите своих товарищей играть и учитесь сами, но уже в шахматы. Я прощаюсь с вами до следующего турнира. До свидания, ребята!

Ведущий: Объявляю шашечный турнир закрытым. Пройдёт время, и мы снова соберёмся. Будем сражаться, соревноваться и побеждать! Турнир показал, что Вам по плечу любое сложное задание. Здоровья вам, успехов, до свиданья!

Общее фотографирование

Сценарий легкоатлетических соревнований

«День прыгуна»

Дата: 09.10.2021

Место проведения: спортзал (стадион), Гезгаловская средняя школа

Оборудование и инвентарь: рулетка, стойки, секундомер, планка, маты, скакалки, флаг.

Музыкальное оформление: спортивный марш.

Участники: 4 команды 7-8-х классов. В каждой команде по 10 человек (5 мальчиков и 5 девочек).

Судейская коллегия: Здоровейка, Разбег, Отталкивание, Полет, Приземление, Рулетка.

(Под звуки спортивного марша участники праздника выходят на построение. Впереди идут Здоровей-ка и его помощники, которые по окончании марша становятся перед строем участников.)

Здоровейка: Здравствуйте, ребята! Мы начинаем наш спортивный праздник — «День прыгуна». В его проведении мне сегодня помогают: Разбег, Отталкивание, Полет, Приземление, Рулетка.

Сегодня мы проводим «День прыгуна», к которому имеют отношение представители многих видов спорта, в которых используются прыжки, прыжковые действия. В легкой атлетике прыжки — это отдельный вид соревнований, где спортсмен борется с земным притяжением. Разбег: Гравитация земная Над людьми имеет власть. Человек живет, мечтая Хоть на миг ее прервать. Этой власти непокорный Совершает он прыжки. Тренируется упорно, Крепит мускулы свои. Отталкивание: Ведь от мышц его зависит Дальность, высота прыжка. Он как птица рвется в выси, В нем спортивная душа. Выбирай прыжки по нраву — В высоту или в длину, И толковой левой, правой Рви пространства тишину. Полет: Суть у всех прыжков похожа: Есть разбег, толчок, полет, Приземление итожит, Сколько длился этот взлет. Если быстро разбежался, Оттолкнулся побыстрей, То, считай, прыжок удался, Ты лети в полет смелей. Приземление: Всей душой стремись подольше Миг полета удлинить. Результат твой будет больше, Если сможешь не спешить. В регулярных тренировках Скорость, силу развивай И, конечно, гибкость, ловкость Непременно улучшай!

Здоровейка: Сегодня на нашем празднике вы, ребята, продемонстрируете свои прыжковые способности, такие физические качества как ловкость, быстроту, гибкость. От ваших личных результатов будет зависеть успех ваших команд.

Разбег: Первый вид соревнований — прыжки в длину с места. Все команды строятся в колонну по одному в произвольном порядке у общей линии. Первые номера прыгают в длину с места, отталкиваясь двумя ногами одновременно. Замер производится по пяткам первого касания пола. Вторые номера прыгают с места приземления первых и т.д. Места команд определяются по дальности отметок последних (10-х) участников. (После проведения задания объявляют результаты.) Здоровейка: Команды прыгали отлично, задав высокий тон нашим соревнованиям. Отталкивание проводит второй вид. Отталкивание: В моем задании участвуют по 2 мальчика и 2 девочки от каждой команды. Каждый прыгает тройной прыжок с места: отталкивание двумя ногами с места — приземление на любую одну и отталкивание ею — приземление на другую и отталкивание ею — приземление на две ноги на гимнастический мат, замер по пяткам. Команде в зачет идет сумма результатов всех четырех участников. (После проведения этого вида объявляются его результаты.)

Полет: В следующем задании от команд принимают участие еще по два мальчика и две девочки. Они будут состязаться в парных прыжках. Пара мальчиков, стоя боком друг к другу, на одной ноге — ближней к партнеру, — положив руки на плечи друг другу» свободной рукой поддерживая за голень вторую ногу, совершают прыжки на расстояние 15 м на время. Девочки прыгают таким же способом на 10 м. Места команд определяются по сумме времени пар мальчиков и девочек. (После проведения прыжков объявляются места команд.)

Здоровейка: Какая согласованность движений, молодцы! Рулетка: Последние участники команд, мальчик и девочка, соревнуются в прыжках вверх с места. Участник каждой команды становится у стены, размеченной вверх начиная с 2-х метров по сантиметрам. Приседает и выпрыгивает вверх, стараясь как можно выше коснуться пальцами одной руки отметки на стене. От достигнутого результата отнимается рост участника, полученный результат идет в зачет команде. Из трех попыток в зачет берется лучшая. Сумма результатов мальчика и девочки складывается. (После выполнения задания объявляются его результаты.)

Здоровейка: Спасибо, ребята. А сейчас небольшая пауза, во время которой один из участников, занимающихся прыжками в длину, прочитает нам свое стихотворение. (Один из ребят рассказывает стихотворение «Борьба с земным притяжением».) Разбег, толчок, полет и приземление — Характеристика прыжка. И пусть всего лишь на мгновение, Но рвет земное притяжение Моя толчковая нога! О! Сколько надо тренировок, Чтоб этот краткий миг продлить. Я должен быть и быстр, и ловок, Чтобы полет свой удлинить. Идет борьба за сантиметры, За право выхода в финал. Мне повезло! С попутным ветром Запрыгнул я на пьедестал!

Здоровейка: Да, попутный ветер в нашем деле — партнер полезный. А мы продолжаем восхождение на пьедестал. Следующий вид нашей программы — эстафеты. Приземление: Реклама Медицина 24/7 10 ч. назад Чтобы согнать висячий жир с живота и боков активируйте жиросжигание! Для этого... 416 77 80 Медицина 24/7 6 ч. назад Алтайский старец предсказал будущее мира и России 527 41 160 Эстафета первая. Соревнуются команды попарно. Победители пар состязаются за 1-2 места, проигравшие — за 3-4 места. Команды в полных составах становятся у линии старта в колонну по одному в произвольном порядке. Перед ними на расстоянии 12 метров две стойки с планкой на высоте 70 см, на месте приземления гимнастические маты. Первые номера бегут, перепрыгивают через планку, касаются рукой отметки за матом, бегут обратно по прямой, обегая свою команду, касаются рукой второго участника и становятся в конец колонны. Второй бежит и т.д. Побеждает команда, последний участник которой первым пересекает линию построения команды. (После этого вида соревнований следует объявление результатов.)

Разбег: Эстафета вторая. Команды участвуют в полных составах. Мальчики напротив девочек на расстоянии 12 м. По команде «Марш!» первые номера мальчиков на одной (любой) ноге прыгают до колонны девочек, передают эстафетную палочку впереди стоящей участнице и становятся за девочками. Она боком (любым) приставными шагами выполняет перемещение к колонне мальчиков, передает эстафетную палочку впереди стоящему, становится за мальчиками и т.д. Места определяются по порядку финиширования последних девочек. (После окончания эстафеты объявляют ее результаты.) 3

Здоровейка: Сейчас у мальчиков и девочек будут разные задания. Отталкивание: Все девочки прыгают со скакалкой. Определяется количество прыжков за 1 минуту.

Результаты всех пяти участниц суммируются. Мальчики в это время приседают на одной (любой) ноге, держась за опору одной рукой. Команде в зачет идет сумма мест команды мальчиков и команды девочек. (После выполнения задания объявляют его результаты.)

Здоровейка: Небольшой отдых командам, но отдых активный. Спортивная викторина, которую проводит наша судейская коллегия. (Командам раздают конверты с вопросами, одинаковыми для всех. Через 6 минут ответы в письменном виде нужно сдать судьям.) Вопросы викторины 1. Перечислите прыжковые виды легкой атлетики. В длину с разбега, тройной, в высоту, с шестом. 2. Советский спортсмен, трехкратный чемпион Олимпийских игр в тройном прыжке. Виктор Санеев. 3. Перечислите способы прыжка в высоту. Перешагивание («ножницы»), «волна», «перекат», «перекидной» и «фосбери-флоп». 4. Легендарный советский прыгун в высоту, олимпийский чемпион XVIII-х игр в Токио, вернувшийся в большой спорт после автокатастрофы. Валерий Брумель. 5. Многократный чемпион мира и Европы по прыжкам с шестом, первый в мире прыгнувший на 6 метров. Сергей Бубка. (Команды отвечают на вопросы и сдают конверты судьям.) Здоровейка: Пока судейская коллегия подводит итоги викторины, один из наших участников, занимающийся прыжками в высоту, прочитает нам свое стихотворение. (Один из ребят читает стихотворение «Высота».) Я с детства бредил высотой, Она меня манила. Ах! Как красив «перекидной» — Реклама Медицина 24/7 24 ч. назад Похудели с мамой до истощения! Осторожно, 1 стакан сжигает 3 кг жира! Запишите рецепт... 197 23 157 Медицина 24/7 3 ч. назад Грибок ногтей умрет навсегда! Просто подержите ноги 5 мин в обычном... 498 15 93 В нем грациозность, сила! И «фосбери» — эффектный стиль — Отточены движенья. Разбег, толчок — и вверх я взмыл, Рву путы притяженья. Есть чувство планки у меня, Я чувю, она дышит. И я, дыханье затая, Карабкаюсь все выше. Где потолок той высоты, Что мне не покорится? И вверх влекут меня мечты, И ввысь душа стремится!

Здоровейка: А какой потолок высоты у наших «высотников» мы сейчас посмотрим. Полет: Начинаем блиц-турнир по прыжкам в высоту. В нем состязаются участие все участники команды. Мальчики и девочки соревнуются отдельно. Начальная высота у девочек 90 см, у мальчиков 1 м. На каждой высоте одна попытка. Сбивший планку выбывает из дальнейшей борьбы. Места команд определяются по сумме результатов всех участников. (Проводится блиц-турнир, и объявляются его итоги.) Здоровейка:

Блиц-турнир удался на славу. Верится, что потолок высоты наших участников после дальнейших тренировок будет неуклонно подниматься. К сожалению, наш праздник подошел к завершению. Слово судейской коллегии. (Судейская коллегия в полном составе становится перед строем участников. Объявляются места команд. Проводится награждение в командном и личном зачетах.)

Сценарий игры «Спортивное ассорти!»

Дата: 11.09.2021

Место: спортзал

Цель: Пропаганда и формирование здорового образа жизни.

Задачи:

1. Привлекать ребят к систематическим занятиям физической культурой.
2. Развивать у ребят двигательную активность, физические качества.
3. Воспитывать чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки.

Место проведения: спортивный зал.

Оборудование и инвентарь: Секундомер, свисток, стойки, волейбольные, баскетбольные, теннисные мячи, обручи, ложки, картофель, бадминтонные ракетки, корзины, скакалки, хоппы, мешки, разноцветные геометрические фигуры.

Состав команды: 8 участников

Ход мероприятия
Под звуки спортивного марша участники заходят в спортивный зал и строятся.

Ведущий: Внимание, внимание!

Приглашаем ребят на спортивные состязания.

Смелым, сильным, и ловким,

Со спортом всегда по пути.

Ребят не страшат тренировки,

Пусть сердце стучится в груди.

Нам смелым, сильным, и ловким,

Быть надо всегда впереди!

Ведущий: Приветствуем вас участники соревнований, дорогие гости, болельщики! Сегодня мы проводим спортивный праздник «Спортивное ассорти!»

Ведущий: Прежде, чем начать состязания, я хочу, чтобы наши участники произнесли за мной клятву: «Мы, участники состязания, обещаем: (дети хором)

- играть честно по правилам;
- поддерживать свою команду;
- не обижать соперников;
- выиграл – не зазнавайся;
- проиграл – не плачь. «Клянёмся! Клянёмся! Клянёмся!»

Ведущий: Когда идешь на штурм ты эстафеты,

Победа нам не очень — то видна.

Но все равно дойдем мы до победы,

Ни пуха вам, команды, ни пера!

Судить сегодня наши соревнования будет уважаемое и справедливое жюри: (представление жюри).

Первый конкурс: «Представление команд». Каждая команда представляет себя в любой творческой форме (название, девиз, эмблема и т. д.)

Ведущий: Вверх подброшу мячик свой, Точно, точно над собой. На лету его поймаю, И быстрее зашагаю.

Второй конкурс: «Подбрось-поймай» У первого участника в руках волейбольный мяч.

По сигналу, участник идёт и подбрасывает мяч вверх от старта до стойки, обходит её и так же обратно. Передаёт мяч следующему участнику.

Ведущий: Мячик в руки мы берём,

В обруч мы его несём.

А на обратном пути,
Ты скорей его возьми.

Третий конкурс: «Мяч в обруч»

Первый участник с мячом в руках добегают до обруча, оставляет мяч в обруче, оббегает стойку, забирает мяч из обруча и передает эстафету следующему участнику. Ведущий: Эстафеты продолжаются, И новое задание объявляется! Четвёртый конкурс: «Пронеси – не урони» У первого участника в руках ложка и картошка. По сигналу, он кладет картошку на ложку, оббегает её и так же возвращается в команду. Передаёт эстафету следующему участнику. Ведущий: Зоркий глаз и твердая рука для этого конкурса, вам ребята нужна. Воздушный шар, ракеткой ты в корзину опусти. И заслуженную победу получи. Пятый конкурс: «Точно в цель» Первый участник с бадминтонной ракеткой подбивает воздушный шарик до корзины, не касаясь его руками, опускает шарик в корзину. Назад возвращается бегом – шарик держит в руках. Передаёт его следующему участнику.

Ведущий: Очень любят ребятишки, Быструю скакалочку. Прыг, скок, прыг, скок, Не жалейте дети ног.

Шестой конкурс: «Бег со скакалкой» По сигналу, первый участник прыгает на скакалке до флажка и обратно (оббегая стойку). Кладет её за 2 метра, не добегаая до команды на линии, передаёт эстафету следующему участнику по руке и т.д.

Ведущий: Чтоб проворным стать атлетом, Проведем мы эстафету. Будем бегать быстро, дружно, Победить всем очень нужно!

Седьмой конкурс: «Своя ноша не тянет» У первого участника мешок в нём три мяча: баскетбольный, волейбольный, теннисный. По сигналу, бежит к обручу выкладывает из мешка мячи в обруч, оббегает стойку и с пустым мешком возвращается в команду. Передаёт эстафету следующему участнику. Второй участник бежит и собирает мячи в мешок и т.д., пока вся команда не выполнит задание. Ведущий: Круглый мяч, упругий бок, Звонко скачет он скок-скок. Красный, желтый, голубой, Не угнаться за тобой! В

осьмой конкурс: «Наездники» По сигналу, первый участник на мяче – хоппе, выполняет прыжки туда и обратно, обходя стойку. Мяч передавать за линией. Ведущий: Зал волнуется, Зал кричит. Кто из вас сейчас, В последнем конкурсе победит! Девятый конкурс: «Соберем урожай» Члены команд должны собрать геометрические фигурки определенного цвета, не выходя за рамки круга. Ведущий: Жюри хотим мы попросить, Нам результаты огласить! Жюри объявляет результаты соревнований, награждение команд.

Ведущий: Вот и узнали мы победителей. Скажем спасибо жюри и зрителям. Командам желаем новых побед. Будьте здоровы, до новых встреч!

Сценарий спортландии «Первый старт 2022»

Дата: 08.01.2022

Место: спортзал

Цели: - формирование у учащихся навыков здорового образа жизни;
- развитие ловкости, внимательности, двигательных навыков;
- воспитывать дружеские отношения между детьми, умение взаимодействовать в команде.

Оборудование: плакаты, шары, две бутылки, наполненные водой, два мяча, кегли, кубики, обручи, эмблемы команд.

Ход мероприятия

1. Организационный момент

Построение. Сообщение целей и задач мероприятия

– Сегодня спортивный час мы проведём в форме весёлых эстафет под девизом «В здоровом теле – здоровый дух».

1-й ученик. По плечу победа смелым.

Ждёт того большой успех,

Кто, не дрогнув, если нужно,

Вступит в бой один за всех.

2-й ученик. Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит.

Кто окажется дружнее,

Пусть, друзья, и победит!

2. Представление команд, приветствие

1-й капитан. Команда «Стрела», наш девиз: «Стрелы» стремительный полёт нас к победе приведёт!

2-й капитан. Команда «Ракета», наш девиз: В соревнованиях лучше нету быстрой и дружной команды «Ракета»!

3. Основная часть

Построение команд. Краткая беседа о мерах безопасности во время проведения спортивных эстафет

Эстафета «С кочки на кочку». Первый участник добегают до трёх обручей. Он должен пробежать, вступая одной ногой в каждый обруч. Добегают до поворотной стойки, обегает её, затем возвращается таким же образом назад. Движение продолжает второй участник и т.д.

Эстафета «Лошадки». Один игрок в обруче, другой вне обруча сзади. По сигналу игроки бегут до стойки, разворачиваются на исходную позицию и передают обруч следующей паре игроков.

Эстафета «Кенгуру». Прыжки с зажатым между ног мячом до поворотной стойки. Обратный – бег с мячом в руках.

Конкурс болельщиков. Пока жюри подводит итоги трёх конкурсов, проведём конкурс болельщиков.

Игра «Доскажи словечко» о видах спорта и спортивных принадлежностях.

1. Просыпаясь утром рано

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кровать,

Быстро делаю ... (зарядку)

2. Не обижен, а надут.
Его по полю ведут.
А ударят – нипочём!
Не угнаться за ... (мячом).
3. На ледяной площадке крик,
К воротам рвётся ученик –
Кричат все: «Шайба! Ключка! Бей!»
Весёлая игра... (хоккей).
4. Два берёзовых коня
По снегу несут меня.
Кони эти рыжи
И зовут их - ... (лыжи).
5. Кто на льду меня догонит?
Мы бежим вперегонки.
А несут меня не кони,
А блестящие ... (коньки).
6. Взял дубовых два бруска,
Два железных полозка,
На бруски набил я планки,
Дайте снег! Готовы ... (санки).
7. Ясным утром вдоль дороги
На траве блестит роса.
По дороге едут ноги,
И бегут два колеса.
У загадки есть ответ:
Это мой ... (велосипед)
8. Я атлетом 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)

Эстафета «Гантели». Участники команд выстраиваются в две колонны и над головами передают «гантель» пластмассовую бутылку с водой от первого участника (капитана) последнему. Последний участник, получив «гантель», бежит и становится во главе колонны. Эстафета продолжается до тех пор, пока капитан команды снова не окажется во главе колонны.

Эстафета «Закаливание». По сигналу воспитателя участники бегут к ведру, опрокидывают его на себя, изображая обливание, затем возвращаются к команде.

Эстафета «Посадка (сбор) картошки». У каждой команды ведёрко с «картошкой» - кубиками. По сигналу ведущего первые игроки берут ведёрки, бегут к обручам, «сажают» картошку, доставая по одному кубику. Обязательное условие – не бросать. Закончив посадку, возвращаются к команде, передают ведёрки следующим игрокам. Выигрывает команда, первой закончившая «посадку».

Конкурс болельщиков. Какие ещё овощи и фрукты должны быть в нашем рационе?

1. Скромная девица в сарафан рядится,
Сарафан красный, длинный, атласный,
Спряталась краса – да торчит коса. (Морковь)

2. Круглый толстячок
Подставил солнышку бочок,
Солнышко пригрело –
Всё тело покраснело. (Помидор)

3. Сидит дед,
В сто шуб одет.
Кто его раздевает,
Тот слёзы проливает. (Лук)

4. Воздушные шары
Свисают с горы,
Пока малы – на вкус кислы,
А подрастут –
Сладость дадут. (Виноград.)

5. Само с кулачок,
Красный бочок.
Тронешь пальцем – гладко,
А откусишь – сладко. (Яблоко.)

– А вы знаете, ребята, что в яблоках содержится много витаминов, которые каждый день необходимы нашему организму. Давайте займёмся «сбором яблок».

Эстафета «Сбор яблок». По два участника от каждой команды с завязанными глазами должны добежать до места, где рассыпаны «яблоки» (кубики), найти как можно больше «яблок» и вернуться к команде. Время сбора яблок – одна минута. Побеждает команда, участники которой соберут больше «яблок».

Эстафета «Дружба». Начинают соревнование капитаны. Они бегут до поворотной стойки, огибают её, затем возвращаются к команде и цепляют «Вагончик» (следующего участника). Эстафета проводится до тех пор, пока дистанцию не преодолеет вся команда. Побеждает команда, которая первой пройдёт всю дистанцию, не потеряв в пути «вагончики».

4. Подведение итогов

Построение. Объявление команды – победительницы.

СОРЕВНОВАНИЯ ИЗ ПНЕВМАТИЧЕСКОЙ ВИНТОВКИ «Супер-СНАЙПЕР»

Основные правила участия.

- Подход и освобождение «огневого рубежа», заряд и стрельба из оружия осуществляется только после разрешения судьи.
- Участник, подойдя на «огневой рубеж» останавливается. Получив патроны, заряжает оружие и сообщает судье: «Участник №1 к стрельбе готов». Только после команды судьи «Огонь» выполняет стрельбу по мишени.
- Об окончании стрельбы участник докладывает судье: «Участник №1 стрельбу закончил». Показывает разряженное оружие и покидает «огневой рубеж».
- Следующий участник выполняет те же действия что и предыдущий.
- После прохождения каждого этапа, команды выстраиваются на центральной площадке, для оглашения результатов.

I ЭТАП

ГЛ. СУДЬЯ: Равняйся! Смирно! Равнение на середину! Приступить к 1 этапу!

Команды отправляются на огневой рубеж

ГЛ. СУДЬЯ: Командам построиться!!! Равняйся! Смирно! Равнение на середину!

ГЛ. СУДЬЯ: Первый этап завершен. Разрешите огласить результаты 1 этапа.
(Оглашает результаты). Приступить ко 2 этапу!

II ЭТАП

ГЛ. СУДЬЯ: Командам построиться!!! Равняйся! Смирно! Равнение на середину!

ГЛ. СУДЬЯ: Второй этап завершен. Разрешите огласить результаты 2 этапа. (Оглашает результаты) Вольно!

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, ОФОРМЛЕНИЕ ГРАМОТ НАГРАЖДЕНИЕ

ГЛ. СУДЬЯ: Внимание! Команды построиться для торжественного награждения.
(Команды строятся)

ГЛ. СУДЬЯ: Равняйся! Смирно!

ФОН 2 награждение грамотами

ВЕДУЩИЙ: Сегодня проигравших нет.
Есть просто лучшие из лучших.

Пусть в каждом сердце дружбы свет
Зажжет поступков добрых лучик.

ВЕДУЩИЙ: Еще раз поприветствуем тех, кто принял участие в соревнованиях!
Желаем всем участникам здоровья, добра, новых достижений, удачи в делах и вершин мастерства!

Сценарий мероприятия «Вас приглашает Спортландия!»

Дата: 12.02.2022

Место: спортзал, Гезгаловская средняя школа

Цель: популяризация физической культуры, массового спорта и активного отдыха детей

Задачи:

- формирование у учащихся привычек здорового образа жизни и выработка у них правильных двигательных действий в процессе физического воспитания;
- воспитание чувства коллективизма взаимопомощи, самодисциплины, воли внимания;
- укрепление здоровья, развитие физических качеств у подрастающего поколения, содействие гармоническому физическому развитию обучающихся

Участники: ученики 1-5 классов

Ход мероприятия

1 Ведущий: Добрый день, дорогие друзья! Я рада приветствовать вас на очередном дне здоровья!

2 Ведущий: Сегодня вам предстоит участвовать в спортландии и придётся показать ловкость, силу, быстроту и смекалку.

1 Ведущий: Итак, мы начинаем наш семейный спринт встречей участников!

Представление участников

2 Ведущий: Участники заняли свои места, и я хочу представить вам нашу многоуважаемую судейскую коллегию

Представление жюри

1 Ведущий: По традиции мы даём нашим командам 1 минутку, чтобы она представила себя и выбрала капитана

2 Ведущий: Команды готовы к старту, и мы объявляем 1-й конкурс

1-й конкурс «Дружба»

Удерживая лбами надувной шарик и взявшись за руки, 2 участника команды бегут до стойки и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре игроков.

2-й конкурс «Тяни-толкай»

Иногда, правда, бывали моменты, когда вдруг вы обижались друг на друга, вставали друг к другу спиной. Но дружбу не разорвёшь, как «замок» из ваших рук. Проводится следующая эстафета «Тяни-толкай» - игроки встают по парам спиной друг к другу, сцепив руки замком, бегут до ориентира и обратно, передав эстафету следующей паре.

Жюри подводит итоги

3-й конкурс «Перекасти поле»

Бежать спиной вперёд и с помощью обруча катить мяч до стойки и обратно.

4-й конкурс «Собери ромашку»

По сигналу судьи первый игрок бежит до средней линии, берет сердцевину от ромашки, бежит до линии поворота, кладет на нее сердцевину, возвращается назад, передает эстафету другому, следующий участник берет лепесток, делает тоже самое и т.д. Лепестки выкладывают вокруг сердцевинки ромашки.

Жюри подводит итоги

5-й конкурс «Хоккеисты»

Участник по очереди с помощью клюшки ведут шайбу, по пути обводят стойку и возвращаются обратно, передав эстафету следующему участнику.

6-й конкурс «Носильщики»

Каждый получает по 3 больших мяча. Их надо донести до конечного пункта и вернуться назад. Удержать в руках 3 мяча очень трудно, а упавший мяч поднять без посторонней

помощи также нелегко. Поэтому передвигаться носильщикам приходится медленно и осторожно. Выигрывает та команда, которая быстрее справится с заданием.

Жюри подводит итоги

7-й конкурс «Репка»

Участвуют две команды по 6 детей. Это - дед, бабушка, Жучка, внучка, кошка и мышка. У противоположной стены зала 2 стульчика. На каждом стульчике сидит репка - ребенок в шапочке с изображением репки. Игру начинает дед. По сигналу он бежит к репке, обегает ее и возвращается, за него цепляется (берет его за талию) бабушка, и они продолжают бег вдвоем, вновь огибают репку и бегут назад, затем к ним присоединяется внучка и т. д. В конце игры за мышку цепляется репка. Выигрывает та команда, которая быстрее вытянула репку и вернулась на исходную позицию.

8-й конкурс «Передал - садись!»

Капитаны получают по волейбольному мячу и становятся. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Каждый из них, вернув мяч капитану, приседает. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполнят задание.

Жюри подводит итоги

9-й конкурс «Донеси листок бумаги»

Первому игроку каждой команды кладут на ладонь по листку. Во время игры лист должен лежать на ладони сам по себе - его ни как нельзя придерживать. Первые игроки с каждой команды бегут к флажку. Если листик вдруг упадет на землю, его нужно поднять, положить на ладонь и продолжить свой путь. Добежав до своей команды, игрок должен быстро переложить листик на правую ладонь следующего в очереди товарища, который сразу бежит вперед. Тем временем первый стает в конец ряда. Так продолжается до тех пор, пока очередь не дойдет до первого. Побеждает та команда, которая быстрее справилась заданием.

10 конкурс «Разгрузи машину»

Каждая команда должна разгрузить «машины» с «овощами». Машины ставят у одной стены, а напротив них у другой стены помещают две корзины. Около корзин встают по одному игроку и по сигналу бегут к машинам. Переносить овощи можно по одной штуке. Овощи должны быть во всех машинах одинаковые как по количеству. Машинами могут быть коробки, стулья; овощами — кегли, кубики и т. п.

1 Ведущий: Конкурсные задания выявили все лучшие качества участников команд. Все оказались ловкими, смелыми, находчивыми веселыми.

Соревновались все на славу,

Победители по праву.

Похвал достойны и награды,

И мы призы вручить вам рады.

Благодарим вас за участие!

Вот сувениры вам на счастье!

Награждение победителей, вручение призов

2 Ведущий: Вот настал момент прощанья,

Будет краткой наша речь.

Говорим вам: «До свиданья!

До счастливых новых встреч!»

Сценарий спортивного развлечения "Дальше и выше"

Дата: 07.03.2022

Место: спортзал, Гезгаловская средняя школа

Участники: учащиеся 1-8 классов, 2 возрастные категории

Цель: Пропаганда здорового образа жизни. Приобщать детей к занятиям физкультурой и спортом.

Задачи:

1. Закреплять навыки выполнения различного вида прыжков.
2. Развивать физические качества (силу, быстроту, выносливость, ловкость). Укреплять здоровье детей.
3. Воспитывать морально-волевые качества (смелость, целеустремленность, дисциплинированность), нравственные качества (чувства коллективизма, товарищества и поддержки). Воспитывать устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом.
4. Создать атмосферу радости и эмоционального благополучия.

Инструктор: Дорогие друзья!

На спортивную площадку

Приглашаю, дети, вас.

Праздник спорта и здоровья

Начинается у нас.

Сегодня мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Наше развлечение называется «День прыгуна». Как вы думаете, что мы сегодня будем делать?

Дети: отвечают

Инструктор: Да, мы будем прыгать самыми разными способами. А скажите, кто знает какие бывают прыжки?

Дети: прыжок в длину с места и с разбега, прыжок в высоту с места и с разбега, прыжки на одной ноге, прыжки на двух ногах, прыжки вперед, прыжки назад, прыжки боком...

Спорт – это жизнь.

Это легкость движения.

Спорт вызывает у всех уважение.

Спорт продвигает всех вверх и вперед.

Бодрость, здоровье он всем придает.

Все, кто активен и кто не ленится,

Могут со спортом легко подружиться.

Инструктор: Но прежде чем приступить к соревнованиям необходимо сделать разминку и подготовить наши мышцы, наш организм к предстоящим соревнованиям. Повторяем упражнения за мной!

Под музыку выполняется разминка – комплекс музыкально-ритмичных упражнений.

Инструктор: Ну а теперь пора приступить к соревнованиям. Команды, для выполнения эстафет на исходное место шагом – Марш!

Предлагается болельщикам занять места на скамейке.

Инструктор: Ну а теперь давайте представим команды.

Команда (название команды дружно хором произносят дети)

Команда (название команды дружно хором произносят дети)

Напоминаю правила соревнований:

- 1) внимательно слушать задание;
- 2) не начинать выполнять задание, **если участник**, стоящий впереди, не закончил его;
- 3) участник, выполнивший задание, встает в конец своей команды;
- 4) выполнять все задания надо правильно и быстро;
- 5) быть дисциплинированным на протяжении всего развлечения.**

И так команды готовы?

1 эстафета «Прыгни – раз, прыгни – два, прыгни - три»

Участник по сигналу прыгает из обруча в обруч двумя ногами, бежит к конусу, обегает конус с правой стороны, бежит назад к команде, хлопком ладошки передает эстафету принимающему, а сам встает в конец колонны.

2 эстафета «Прыжок в высоту с разбега»

Участник по сигналу бежит, перепрыгивает через планку в высоту, бежит к конусу, обегает конус с правой стороны, возвращается назад к команде, передает эстафету и встает в конец колонны.

3 эстафета «Кенгуру»

Участник с зажатым между коленями мячом, по сигналу прыгает до конуса, затем берет мяч в руки, бегом возвращается к своей команде и передает мяч следующему участнику.

Инструктор: А сейчас, немного успокоимся, дадим командам-соперникам отдохнуть, набраться сил, а наша группа поддержки отгадает загадки.

7 эстафета конкурс среди мальчиков (можно взять трех детей с каждой команды) «Кто дальше прыгнет в длину с места»

Первый участник прыгает в длину с места двумя ногами. На место его приземления встает второй участник, тоже прыгает в длину с места двумя ногами, затем третий участник также прыгает с места приземления второго участника.

Подводится итог – чья команда дальше прыгнет наибольшее расстояние.

Инструктор: Слово предоставляется главному судье соревнований!

Все участники награждаются медалями, почетными грамотами.

Сценарий викторины «Здоровью – ДА!»

Цель:

- Воспитывать бережное отношение к своему здоровью.

Задачи:

1. Дать представление, что такое здоровый образ жизни.
2. Убедить учащихся о необходимости быть здоровым.
3. Объяснить роль здорового образа жизни для человека.
4. Выяснить факторы здоровья.

Планируемый результат: добиться от учащихся укрепления и поддержания своего здоровья, умения противостоять вредным привычкам, вести здоровый образ жизни.

Ход игры-викторины

I. Организационный момент

– Здравствуйте! Здравствуйте! Что особого мы друг другу сказали...

II. Постановка целей и задач

– А задумывались ли вы, какой смысл имеет это слово?

– Такими словами приветствуют друг друга, справляясь о здоровье. А здоровы ли вы, ребята? Хорошее ли у вас сегодня настроение? Говорят, что «Хорошее настроение – половина здоровья!».

Я очень рада, что у вас все отлично! В народе говорят: «В здоровом теле – здоровый дух», «Здоровому все здорово». Здоровый человек красив и приятен в общении, легко преодолевает трудности, умеет по – настоящему и работать, и учиться, и отдыхать.

А сейчас я предлагаю вам принять участие в игре – викторине «Наше здоровье в наших руках», посвящённой здоровому образу жизни.

– А кто скажет, что значит здоровый образ жизни? (Это соблюдение всех правил, норм для поддержания хорошего здоровья.)

– Но для начала давайте разделимся на 3 команды. Каждая выберет капитана, название, девиз.

Наиболее удачное название и соответствующий девиз оценивается жетоном.

III. Первый конкурс «ЗОЖ»

За правильный подробный ответ команда оценивается жетоном:

- Ребята, а кто из вас завтракает?

Из предложенного набора продуктов выберите те, которые вы использовали бы для приготовления завтрака.

Специалисты считают, что завтрак школьника должен состоять из трех элементов – фрукты, молочные продукты, продукты, содержащие зерновые.

IV. Второй конкурс «Анаграммы»

– Сейчас мы с вами закрепим понятия, которые связаны со здоровым образом жизни.

Нужно собрать слово, связанное со здоровьем. Первая команда получает 3 жетона. Кто быстрее?

ЗКУЛЬФИТРАУ – физкультура

ДКАЗАРЯ – зарядка

ЛКАЗАКА – закалка

ЕНГИАГИ – гигиена

ЛКАПРОГУ – прогулка

V. Третий конкурс «Загадки»

– Соблюдение здорового образа жизни неразрывно связано с правилами гигиены. А в соблюдении правил гигиены нашими помощниками могут быть, кто – вы узнаете, отгадав загадки и показав отгадки. (на столах у детей различные предметы и картинки). За правильный ответ команда получает жетон.

Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Дело ясное вполне: Пусть отмоет руки мне. (мыло.)

Костяная спинка, Жесткая щетинка. С мятной пастой дружит, Нам усердно служит.
(зубная щетка.) Хожу-брожу не по лесам, А по усам и волосам. И зубы у меня
длинней, Чем у волков и медведей. (расческа.)

Вафельное, полосатое,

Гладкое, лохматое,

Всегда под рукою,

Что это такое? (полотенце)

Вроде ёжика на вид

Но не просит пищи

По одежде побежит

Она станет чище. (одежная щётка)

Дождик теплый и густой, Этот дождик непростой. Он без туч, без облаков, Целый день
идти готов. (душ)

Чтобы лился дождик с неба, Чтоб росли колосья хлеба, Чтобыплыли корабли, Чтоб
варили кисели, Чтобы не было беды... Жить нельзя нам без ...(воды.)

VI. Закаливание

Если хочешь быть здоров – закаляйся!

– Почему люди простужаются?

– Дело в том, что кожа человека чувствительнее к холоду, чем к теплу. И для того, чтоб даже лёгкий сквозняк не вызвал переохлаждение и не привёл к насморку, чиханию, нужна тренировка тела к прохладным действиям. Наше тело – «общежитие» для бактерий. Защитные силы организма сдерживают их размножение. В итоге какого – то мощного действия, к примеру остывания, защитные силы ослабевают и бактерии, до того момента тихо гнездились в определённом месте организма, начинают проявлять свои вредные характеристики. Начинается насморк, обостряется хронический тонзиллит, замучает ангина, и другие болезни.

– Не зря в народе говорят: «Закалишься – от болезни оправишься». Но закаливаться нужно по правилам.

– Назовите известные правила закаливания. (2 жетона за правильное правило)

Правила закаливания (примерный перечень):

- Закаляться нужно постепенно.
- Нельзя начинать закаливание во время болезни.
- Начал закаливание – не бросай и не делай перерывов.
- Используй разные средства закаливания: солнце, воздух, воду.
- Перед сном обязательно проветривать свою комнату.

- Не забывай о контрастных ванночках для ног.
- Утром выполняй зарядку при открытой форточке.
- Обтирайся водой комнатной температуры.
 - И не забывайте, что «только в здоровом теле – здоровый дух!».
 - И ценный совет: «научитесь ценить здоровье, прежде чем заболеете!».

VII. Движение

– Что такое физкультура?

Это бодрость и здоровье,

Это радость и веселье!

Плюс хорошая фигура –

Вот, что значит физкультура!

Приучитесь день встречать

С утренней зарядки.

Чтоб с осанкою прямой

Было все в порядке!

– Ребята, кто из вас каждый день выполняет утреннюю зарядку?

Задание. Составить и продемонстрировать комплекс утренней зарядки. Команда, которая правильно составит комплекс и дружно его выполнит, получает 3 жетона.

VIII. Витамины

– Добрый повар стоит доктора. Как говорят, если отец болезни не известен, то мать ее всегда – питание.

Чтоб здоровым, сильным быть, Нужно фрукты-овощи любить, Все без исключения! В этом нет сомнения. В каждом польза есть и вкус, И решить я не берусь, Кто из них вкуснее, Кто из них нужнее.

Ребята, вы знаете, что ягоды, фрукты и овощи – основные источники витаминов и минералов. Большинство витаминов поступает в наш организм только с пищей. Вот почему ягоды, овощи и фрукты должны быть в вашем рационе регулярно.

Задание командам: определить, о каких витаминах идет речь. За каждый правильный ответ команда получает один жетон.

Витамин «?» - это витамин роста. Еще он помогает нашим глазам хорошо видеть, сохранить зрение. Найти его можно в молоке, моркови, зеленом луке. (Ответ: витамин А.)

Витамин «?» - прячется в чесноке, капусте, луке, во всех овощах, фруктах, ягодах. «Во саду ли, в огороде вы меня найдете. А кто летом в лес пойдет, тот нас в корзинке принесет!» (Ответ: витамин С.)

Витамин «?» сохраняет наши зубы. Без него зубы человека становятся хрупкими, мягкими. Его можно найти в молоке, рыбе, твороге. Загорая на солнце, мы тоже получаем его. (Ответ: витамин D.)

IX. Подведение итога

Заключение

1. Почему нельзя грызть ногти? (Это некрасиво и под ногтями – микробы, можно заболеть).

2. В какое время года лучше всего начинать закаляться? (Летом).

3. Можно ли давать свою расческу другим людям? (Нет, т.к. можно подхватить вшей, кожные заболевания).

4. Почему нельзя пить воду из реки или лужи? (В грязной воде находятся различные микробы, которые переносят опасные заболевания).

5. Почему нельзя гладить бездомных и чужих кошек и собак? (Можно подхватить блох, клещей, лишай).

Я люблю семь правил ЗОЖ: Ведь без них не проживешь !

Для здоровья и порядка Начинайте день с зарядки. Вы не ешьте мясо в тесте, Будет талия на месте.

Спорт и фрукты я люблю, Тем здоровье берегу. Все режимы соблюдаю, И болезней я не знаю.

Я купаюсь, обливаюсь: Ясно всем, что закаляюсь! Я отбросил много бед -Укрепил иммунитет.

Ешьте яблоки и груши, Ваша кожа станет лучше. Съешьте вы ещё лимон, Усвоить кальций поможет он. Я активно отдыхаю И здоровье укрепляю, Ни на что не сетую, Что и вам советую.

Я и в шахматы играю: Интеллект свой развиваю. Встану я и на «дорожку»:

Вы питайтесь пять раз в сутки, Не будет тяжести в желудке, Пейте с медом молоко – И заснете вы легко.

Отдыхать не значит спать, Езжай на дачу покопать, Когда вернешься ты домой, Прими душ и песню спой:

От того я так хорош, Что люблю семь правил ЗОЖ.

Х. Рефлексия деятельности

– Какую задачу ставили сегодня на игру-викторину?

– Удалось ли её решить?

– Как вы думаете, для чего вам могут пригодиться знания, полученные сегодня?

– Можете ли вы сами воспользоваться полученными знаниями и посоветовать что – либо своим друзьям и близким?

– Что особенно понравилось? Что не понравилось?

Литература

1. Сценарий внеклассного мероприятия «Путешествие в страну Здоровье». (Электронный ресурс). Режим доступа: <http://festival/september/ru/articles/521334/>
2. Открытый класс: сетевые образовательные сообщества. (Электронный ресурс.) Режим доступа: <http://www.openclass.ru/node/37389> (см. «Овощи, ягоды и фрукты – витаминные продукты».)
3. Шорыгина Т.А. Беседы о здоровье: Методическое пособие.- М.:ТЦ Сфера, 2012.
4. Володькова Л.Г. Мы вместе! – Великий Новгород: МАОУ ПКС «ИОМКР», 2013.