

СОГБОУ «Вяземская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

Спортивный праздник

«В здоровом теле- здоровый дух»

## «В здоровом теле, здоровый дух»

(соревнования между родителями, учителями и учениками).

### **Цель:**

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Совершенствование связи семьи и школы через привлечение родителей к совместным общешкольным мероприятиям.
3. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.

### Звучит музыка.

Команды строевым шагом заходят в спортивный зал

Звучит зажигательная музыка, все участники мероприятия исполняют ФЛЕШМОБ «На »!!!

**Учитель:** Добрый день уважаемые любители спорта!

Спортивный праздник «В здоровом теле- здоровый дух», которого мы все так долго ждали наступил .

### **Ведущий:**

Милые прохожие! Ну что же вы, ну что же вы!

Не проходите мимо! Идите все сюда!

На празднике здоровья вас встретят все с любовью,

Болесть вам не захочется нигде и никогда!

И если вам внезапно захочется болеть,

Диваны и кровати вам будут так некстати-

Ведь вам всего полезней наш праздник посмотреть.

- А собрались мы здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Но не это главное в нашей встрече. Мы собрались для того, чтобы ближе познакомиться и крепче подружиться друг с другом, посмотреть, что умеют наши дети и что могут наши родители и учителя. Пусть сегодня товарищеская встреча будет по-настоящему товарищеской. Я призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успеха. Пусть победит сильнейший, а в выигрыше пусть останутся наша дружба и сплоченность!

- А судить нас будут справедливое жюри в лице директора школы, заместителя директора по ВР, инструктора по ФВ.

- Мы от души приветствуем и поздравляем всех, кто сегодня вышел на старт. Успехов нашим командам и побед!

-Команды, готовы?

-Да!

-Жюри, готовы?

-Да!

Учитель: Пришло время познакомиться с участниками праздника. В соревнованиях участвуют 3 команды по 6 человек:

1. Команда родителей,
2. Команда учителей,
3. Команда учеников (старшеклассники).

**Представление команд** (название, девиз, визитка).

**Жюри.**

А сейчас напутственные слова участникам соревнований.

**Музыкальный номер**

Танец «Варенька»

**Выступление детей- стихотворения о  
ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ**

Чтобы мирно мчались воды,  
Расцветал за веком век,  
Другом быть для всей природы  
Должен каждый человек  
Здоровье- это ведь богатство,  
Все недаром говорят.  
Ты запомни это точно,  
Это важно для ребят.  
Каждый хочет быть здоровым !  
Чтоб желанье претворить,  
Есть простейшее условия-  
Жизнь любить, счастливым быть.

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!

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!

### **Конкурс 1. «Вместе мы сила».**

По два участника из каждой команды, удерживая лбами, большой воздушный шарик и взявшись за руки, бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.

### **Конкурс 2. «Перекасти поле».**

Участники команд становятся друг за другом и передают мяч стоящему сзади, последний игрок перекастывает мяч между ног всех игроков и после этого становится впереди. Эстафета продолжается до тех пор, пока игроки не окажутся на своих местах.

### **Конкурс 3. «Перепутанные слоги».**

А сейчас мы с вами вспомним русские народные сказки. Вот на этих листочках перепутаны слоги в словах из сказок. Ваша задача: разгадать слова и записать их. На это даётся 1 минута.  
Сали(лиса), Тухпе(петух), Рикста(старик)  
Лигус(гусли), Бушизка(избушка), Биндука(дубинка)  
Рошгоке(горошек), Кошоко(окошко), Тансал(салтан)  
Беледь(лебедь), Кабел(белка), Терве(ветер)  
Чихатка(ткачиха), Зитяви(витязи), Ровост(остров)  
Марко(комар), Здазве(звезда), Ревнаца(царевна)  
Сямце(месяц), Лапче(пчела)

### **Конкурс 4. «Чистка картофеля».**

Вызываются по одному участнику из каждой команды. Задача состоит в том, чтобы как можно быстрее почистить картофель, при том - кожура должна быть как можно длиннее и тоньше.

### **Конкурс 5. «Конкурс с шарами»**

Вызываются по 2 участника из каждой команды. К ноге участников привязывается шарик. Задача: как можно быстрее лопнуть шарик соперника, сохранив свой.

### **Конкурс 5. «Игра слов»**

Измените одну букву в каждом слове, чтобы получилось новое слово.

Например: сода-вода, воск- (волк), мот- (кот), Лес-(лев), Гол- (вол), Щит-(кит), лист-( Лиса),Роза- (коза), Корона- (корова), Качан- (кабан), Горка-(норка)

### **Конкурс 6. «Перестроение»**

Сейчас мы проверим насколько вы внимательны. Игроки строятся ,в одну шеренгу по сигналу перестраиваются кто быстрее, за каждое один балл.

А) По алфавиту первых букв имен. Б) Построится по росту слева направо. В) Через одного высокий, низкий. Д) По цвету волос от более темного к более светлому.

### **7. Конкурс капитанов.**

Задание: перебрать крупу. Отделить горох от семечек.

### **8. Игра в волейбол.**

(Награждение участников спортивного мероприятия)

#### **Учитель:**

Жить- значит ощущать себя живым, радостным, спокойным. А чтобы быть таким, надо так распланировать свой день, чтобы в нем оставалось место для отдыха, развлечений, физических упражнений и хорошего сна, надо заботиться о своем здоровье, любить окружающий мир, природу.

Хотите быть здоровыми- умейте быть здоровыми, это в ваших уроках.

Вот и закончился наш праздник. Все участники команд показали свою ловкость, силу, быстроту. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций! Занимайтесь спортом, укрепляйте своё здоровье, развивайте силу и выносливость! До новых встреч!