|  |  |
| --- | --- |
| **24.11.** | **2016** |
|  | **МКСКОУ школа-интернат**  **г. Кулебаки** |

|  |
| --- |
| спортивные состязания **«радуга!»** Подготовила и провела учитель физической культуры Зимина Е.А. |
| Сценарий внеклассного мероприятия (спортивных состязаний для обучающихся 3-4 классов), приобщенного к проведению декады правовых знаний и здорового образа жизни. |

*«Девять десятых нашего счастья зависит от здоровья…»*

***Артур Шопенгауэр***

**Краткая аннотация мероприятия**

Здоровье – главная ценность в жизни человека! Но, к сожалению, не каждый сегодня может похвастаться отменным здоровьем, заложенным природой. По данным ВОЗ только в России ежегодно рождается около 30 000 детей с физическими или психическими отклонениями. Такие дети отличаются от остальных, они – особенные, но, как и обычные, они умеют радоваться и огорчаться, побеждать и проигрывать, добиваться успехов в учебе, творчестве и спорте. Диагноз ОВЗ – ограниченные возможности здоровья – это еще не повод для уменьшения познавательной и двигательной активности детей, только дается им это значительно труднее.

К негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья детей и рождению детей с ОВЗ, относятся неблагоприятная экологическая обстановка, неудовлетворительная организация питания, ограниченные возможности для занятий физической культурой и спортом, отсутствие знаний о ведении здорового образа жизни, вредные привычки взрослых.

Такое положение сопряжено с большим социальным риском, поскольку ухудшение здоровья детей своими показателями характеризует современное общество, а поскольку первые представления о здоровье и здоровом образе жизни формируются уже в детском возрасте, одним из путей сохранить и укрепить психическое и физическое здоровье детей может стать вовлечения их спортивную деятельность. Школьные мероприятия способствуют повышению престижа спорта, а стремление победить станет стимулом для отказа от вредных привычек и ведения здорового образа жизни.

**Цель:** актуализировать тему жизни, здорового образа жизни и ответственного поведения.

**Задачи:**

* актуализировать и развить знания обучающихся о здоровье и здоровом образе жизни;
* формировать навыки самостоятельного анализа и оценки предлагаемой информации;
* воспитывать активную жизненную позицию, ответственное отношение к своему здоровью, помочь сформировать неприязнь к вредным привычкам.

**Оборудование:** 4 грамоты, фотоаппарат,8 стоек, 24 газеты и 2 корзины, канат, музыкальное сопровождение.

**Участники:** обучающиеся 3-4 классов (9-10 лет): 4 команды по 6 человек.

**Место и время проведения**: спортивный зал, 24 ноября 2016 г., 14.30

**Ведущий.** Здравствуйте! При встрече люди обычно говорят это хорошее слово, желая друг другу здоровья. Вот и я обращаюсь к вам – здравствуйте, дорогие участники, гости.

Звучит магнитофонная запись песни «Я люблю тебя, жизнь». После окончания первого куплета учитель, приглушив звук, спрашивает обучающихся: «Вы любите жизнь? (Ответы детей) Что за вопрос? Жизнь – это богатство, данное каждому изначально, и очень хочется, чтобы она была прекрасной и счастливой. А что такое хорошая жизнь? Поразмышляйте об этом, пожалуйста, и скажите продолжение фразы: «Счастливая жизнь для меня – это…».

*(С радостью встречать каждый новый день. Хорошо учиться. Чтобы рядом всегда были близкие люди и верные друзья. Я и мои родные были здоровыми.)*

А чтобы быть здоровыми, нужно отказаться от вредных привычек, ведь сегодня в моде ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!.

Вот вы мне сейчас сказали, что такое счастливая жизнь. Но ведь жить счастливо так просто. У нас с вами все для этого есть, а если что-то не получается, например, хорошо учиться – нужно немного постараться. Одним словом, живи и радуйся! Тогда наша жизнь будет раскрашена только яркими цветами радуги. Именно так и называется наша сегодняшняя встреча «Радуга».

При участии в состязаниях важно помнить о правилах безопасности, быть дисциплинированными, проявлять взаимопомощь и взаимовыручку. Поэтому давайте сделаем вот что. Все: и участники, и зрителиь – смотрите на меня и повторяйте за мной слова клятвы:

«Клянётесь дружными вы быть?»

*Дети:* «Клянёмся!»

**Ведущий:** «И слёзы горькие не лить».

*Дети:* «Клянёмся!»

**Ведущий:** «С улыбкой трудности встречать».

*Дети*: «Клянёмся!»

**Ведущий:** Соперникам не уступать!

*Дети:* «Клянемся!»

- Мы приступаем к спортивным состязаниям. У нас есть 4 команды:, команды 4а, 3а, 3б, 3в классов. Им было дано задание: придумать название команды. Сейчас мы проверим, как они его выполнили. Пока команды готовятся вопрос зрителям:

*- Ребята, а вы знаете, что каждый цвет имеет свое значение. Назовите первый цвет радуги. (Красный)* *Красный цвет символ жизненной энергии. Он притягивает взгляд и согревает. Такой цвет нравится сильным и смелым людям*

*Звучит музыка «Мы звезды континентов» из м/ф «Бременские музыканты».*

**Первое состязание и «Представь себя».** Громко, четко и внятно сказать название команды.

- Прежде чем начнем представлять себя, хочу сказать, как будут оцениваться состязания. По результатам прохождения состязания команде будут даваться 1 или 2 балла, т.к. соревноваться будем по 2 команды. Кто больше наберет баллов – тот и победит. Помогать в этом будет наше жюри в составе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Итак, наши команды. Прошу выйти сборную команду 4а класса и команду 3в класса. (Представились, сели на скамейку).

*Звучит музыка «Мы звезды континентов» из м/ф «Бременские музыканты».*

Выходят команды 3а и 3б классов.

- Все ребята отлично справились с заданием, но сейчас хотелось бы обратиться к болельщикам:

*- Дорогие болельщики, скажите, какой же второй цвет радуги. (Оранжевый). Оранжевый – это цвет создания. Он дарит веру в хорошее будущее, побуждает к хорошим поступкам. Оранжевый цвет может раскрыть в вас скрытые возможности. Если это ваш любимый цвет – вы непременно достигнете любых целей.*

**Второе состязание «Тише едешь – дальше будешь».** Каждый участник обходит стойку и возвращается назад, способ ходьбы – пятка к носку. Выигрывает команда, правильно выполнившая задание и первая, пришедшая к финишу.

Вопрос болельщикам:

*- Какой цвет следует за оранжевым. (Желтый)* *Желтый цвет – это любовь к жизни. Он способен принести радость и смех. Считается, что желтый цвет нравится творческим людям, которые отличаются честностью и усердием. Также его выбирают те, кто хочет преуспеть в жизни.*

**Третье состязание «Бег парами».** Взявшись за руки, нужно добежать до стойки и вернуться обратно. Следом бежит вторая пара, затем – третья. Выигрывает команда, правильно выполнившая задание и первая, пришедшая к финишу.

Вопрос болельщикам:

*- После желтого в радуге мы видим, какой цвет? (Зеленый)* *Зеленый цвет – это гармония. Он помогает избавиться от плохого настроения. Такой цвет благотворно влияет на нашу нервную систему. Люди, которым он нравится, обычно ведут спокойную жизнь, к окружающим проявляют сострадание и сочувствие.*

**Четвертое состязание** **«Газетон».** Каждому участнику нужно смять газету в комок и попасть в корзину. Сначала задание выполняет первый участник, затем второй и т.д. Выигрывает команда, правильно выполнившая задание и имеющая наибольшее количество попаданий.

Вопрос болельщикам:

*- Теперь назовите пятый цвет радуги. (Голубой)* *Голубой цвет – это мудрость и спокойный характер. Он воодушевляет на совершение добрых дел. Такой цвет выбирают люди, которые стремятся к душевным достижениям.*

**Пятое состязание** **«Переправа с обручами»**. В руках у направляющих по 6 гимнастических обручей. По сигналу они кладут на пол один обруч и становятся в него, затем на расстоянии вытянутой руки кладут второй и перепрыгивают в него и так, раскладывая обручи и перепрыгивая из одного в другой, достигают указателя – ориентира, обозначающего противоположный берег. Вслед за направляющими, перепрыгивая из обруча в обруч, переправляются с берега на берег все участники. Последний игрок собирает за собой обручи, и вся команда быстро возвращается на место старта. Выигрывает команда, первой закончившая (место определяется по последнему финиширующему игроку).

Вопрос болельщикам:

*- Шестой цвет радуги – это... (синий) цвет.* *Синий цвет – это вдохновение, справедливость и преданность. Он способствует исполнению желаний даже тех, которые на первый взгляд кажутся несбыточными. Люди, которым нравится синий цвет, как правило, очень организованны и обладают хорошей выдержкой.*

**Шестое состязание** **«Необычное перетягивание каната».** Участники встают спиной друг к другу, канат внизу между ног. Выигрывает команда, перетянувшая канат – красную ленту, завязанную на канате, на свою сторону.

Вопрос болельщикам:

*- Последний цвет радуги - … (Фиолетовый).* *Фиолетовый – это цвет доброты и мудрости. Он является очень мощным, поэтому его предпочитают лидеры. Фиолетовый цвет помогает уравнять духовную и физическую энергию. Люди, отдающие ему предпочтение, склонны важничать и при этом не замечать своих недостатков.*

**Седьмое состязание (резервное) «Колесо».** Участникам нужно катить колесо (обруч) вокруг стоек, стараясь не сбивать, до контрольной стойки, вернуться обратно бегом с обручем в руке. Выигрывает команда, правильно выполнившая задание и первая пришедшая к финишу.

**Ведущий:** Наши состязания закончились, и встреча подошла к концу. Осталось только подвести итоги. Но прежде чем мы приступим к подведению итого, я хочу вам рассказать такую историю:

Крошка сын к отцу пришел, и спросила кроха:

«Что такое хорошо и что такое плохо?»

Если делаешь зарядку, если кушаешь салат

И не любишь шоколадку – то найдешь здоровья клад.

Если мыть не хочешь уши и в бассейн ты не идешь,

С сигаретою ты дружишь – так здоровья не найдешь.

Нужно спортом заниматься по утрам и вечерам.

Умываться, закаляться, физкультурой заниматься,

Быть здоровым постараться. Это только нужно нам!

Ребята! Смешивайте каждый день разные цвета радуги, делайте жизнь яркой и счастливой, живите, радуйтесь каждому новому дню, но не забывайте заниматься спортом и беречь свое здоровье. Сейчас это модно!

Подведение итогов и награждение.

**Источники информации:**

1. Зимина, Е.А. Внеклассные мероприятия с участием обучающихся, педагогов и родителей как одна из форм взаимодействия семьи и школы / Е.А. Зимина // Практика школьного воспитания. – 2016. - №1. – С. 42-44.
2. <http://cok.opredelim.com/docs/3500/index-289226.html>;
3. <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/meropriyatia/sportivnyi-prazdnik-ia-vybiraiu-zhizn>;
4. <http://ped-kopilka.ru/nachalnaja-shkola/vneklasnaja-rabota-v-nachalnoi-shkole/sportivnaja-igra-sorevnovanie-dlja-mladshih-shkolnikov.html>;
5. <https://infourok.ru/scenariy-sportivnogo-meropriyatiya-dlya-mladshih-shkolnikov-igri-i-zabavi-656915.html>.

**ФОТОГАЛЛЕРЕЯ**

«Тише едешь – дальше будешь»



«Газетон»



«Переправа с обручами»



«Необычное перетягивание каната»



«Колесо»



Подведение итогов



Награждение и коллективное фото

