Сценарий спортивного праздника

Здравствуйте, нормы ГТО.

Зиннурова Гузель Хазинуровна

Учитель физической культуры

I квалификационной категории

МБОУ « СОШ№19» НМР РТ

Г.Нижнекамск ,2014г.

Сценарий спортивного праздника.

«Здравствуйте, нормы ГТО».

Актуальность .Ежегодно в сентябре, во всем мире отмечается Всемирный день здоровья. В этом году нами было решено объединить «День здоровья» и знакомство с нормами ГТО учащихся .Мероприятия дня проводятся для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни. Традиционно в этот день в нашей школе проходит спортивный праздник, в котором участвуют не только школьники, но и учителя. Массовость и личный пример педагогов – это важное условие проведения таких мероприятий. Весь педагогический коллектив заранее и тщательно готовится к их проведению, и поэтому всегда они проходят организованно и интересно.

Отвечая за пропаганду здорового образа жизни, вхожу в творческую группу по организации и проведению всех мероприятий по укреплению и сохранению здоровья школьников. Предлагаю сценарий проведения спортивного праздника “Здравствуйте, нормы ГТО”.

**Цель:**формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни.

Знакомство с нормативами ГТО.

**Задачи:**

* создание положительного настроя и благоприятной обстановки для обучения и воспитания учащихся;
* стимулирование желания школьников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.
* вовлечение родителей в мотивации учащихся к успешной сдаче нормативов ГТО.

**Программа Дня здоровья:**

1. Линейка, посвященная дню здоровья и знакомства с нормами ГТО.
2. Утренняя зарядка.
3. Эстафета с элементами нормативов ГТО.
4. Награждение.
5. Экскурсии по экологическим тропам.

**Оформление:**

Вход в школу украшен разноцветными шарами , здесь же вывешены плакаты на тему: «ГТО- это твоё и моё будущее»,“Мы - за здоровый образ жизни!”, на стенах спортивного зала плакаты: “Здоровье в порядке – спасибо зарядке!”, “Здоровье – всему голова”, “Спорт и движенье – жизнь!”, “Что б здоровым, сильным быть, нужно спорт, друзья, любить”.

**Ход проведения мероприятия:**

В этот день утро начинается с проведения для всех классов линейки, посвященной Всемирному дню здоровья. Затем проходят спортивные мероприятия. А в конце учебного дня каждый класс выпускает листок здоровья и отправляется на экскурсии по экологическим тропам.

(Под звуки спортивного марша учащиеся и педагоги школы входят в зал для открытия Дня здоровья)

**Линейка.**

**Ведущий 1 :** Привет. Спортивный привет! Доброе утро, Уважаемые родители, учителя. Привет ребята.

Дети : Привет.

**Ведущий 2 :**Ребята, Сегодня странно началось утро. Мы пришли в школу, но не учиться. Мы одеты ,но не в школьную форму. Во что?

Дети : Спортивный костюм..

**Ведущий 1 :**Да ,что же за странное утро ,что снами произошло? Может кто- то из вас знает.

Дети знаем

**Ведущий 2:**Раскроем всем секрет. Сегодня в нашей школе «День знакомства с нормативами ГТО! » Как круто, что на помощь к вашим командам присоеденились родители.

**Ведущий 1:**Здоровье надо беречь, заботиться о нем с ранних лет. Об этом знают все.Ребята! Все слышали, чтобы быть здоровым необходимо как можно больше двигаться. Ведь недаром говорят: “Движение – это жизнь”. Я предлагаю вам всем немного подвигаться, размять свое тело. Ведь каждое утро нужно начинать с чего?

**Ученик: Зарядки.**

**Ведущий 2 :** Как здорово, что сегодня мы вместе сделаем зарядку. Движения будут простые. Но если у тебя не будет получаться , просто прыгай на месте под музыку или танцуй.

(Учитель физкультуры командует: “На зарядку - становись!” и вместе со всеми учащимися, педагогами выполняет комплекс утренний зарядки).

**Ученик:**

Это вовсе не загадка –  
Чтобы силу развивать   
И весь день не уставать!

Мы выходим на площадку  
Начинается зарядка.  
Шаг на месте – два вперед,   
А потом наоборот.  
Руки вверх подняли выше.   
Опустили – четко дышим.  
Упражнение второе.   
Руки набок. Ноги врозь  
Так давно уж повелось.  
Три наклона сделай вниз,  
На четыре поднимись!  
Гибкость всем нужна на свете,  
Наклоняться будем дети!  
Раз - направо, два – налево.  
Укрепляем наше тело.   
Приседанья каждый день   
Прогоняют сон и лень.  
Приседай пониже,   
Вырастешь повыше.  
В заключенье в добрый час  
Мы попрыгаем сейчас.  
Раз, два, три, четыре –   
В дружбе мы живем и мире!

**Ведущий 1:**Молодцы, ребята! Вижу, что многие из вас делают утреннею зарядку. Вам понравилось?

Дети :да

Ведущий 2:Ребята я прошу ,вас, меня подержать и высказать наше восхищение родителям и учителям. Аплодисментами. Вы , по настоящему очень крутые.

Ведущий 1:Это ребята, конечно , не всё самое главное у нас ещё впереди. А впереди нас ждет эстафета.

Ведущий2:Самое главное в эстафете быстро бегать и передать эстафету своему товарищу по команде! Во время эстафеты вы познакомитесь с упражнениями из норм ГТО , качество выполнения этих нормативов будет зависить от участников родителей.

Ведущий 1: А мы сейчас , быстро проверим ,насколько класс команды готовы.

Ведущий 2 :Команда встаёт в колону по одному По сигналу начинаем передавать эстафетную палочку назад колоны, затем последний обегает команду и встает вперёд колоны и передаёт палочку назади , все повторяется до-тех пока все не окажутся в том порядке как перед стартом.

Ведущий 1: Ребята вы готовы к серьёзным соревнованиям на все100 процентов. Какая скорость, и палочку никто не уронил. Молодцы

Ведущий 2: Ну хватит их хвалить, пора перейти к серьёзным соревнованиям.

Ведущий 1: Классы –команды приглашаются на этапы эстафеты.

Участники соревнований:

**В спортивных мероприятиях принимают участие учащиеся 1-10 классов,** классные руководители и воспитатели, и другие педагоги школы.

Руководство проведением соревнований:

Общее руководство проведением дня здоровья осуществляет администрация школы, непосредственное руководство возлагается на учителей физической культуры, ответственного за здоровый образ жизни.

***Условия проведения:***

***Начальная школа (1-2 классы, 3-4классы) уходит на школьный стадион***

Соревнования проходят по 11 этапам:

1. 60метров.(Ученик)
2. поднимание туловища . (Родитель количество раз за минуту)
3. 100метров ;(Ученик)
4. отжимания в упоре лёжа. (Родители ,количество раз за минуту)
5. 30 метров(Ученик)
6. Подтягивание.(Родители, количество раз за минуту)
7. 100 метров.(Ученик)
8. Метание на меткость.(Родители, попадание в горизонтальную мишень 3 попытки)
9. 60 метров. (Ученик)
10. Прыжок в длину. (Родители, одна попытка)
11. 100 метров.(Ученик)

***Средняя и старшая школа* .**

Соревнования проходят по 12 этапам

1. 60метров.(Ученик)
2. поднимание туловища . (Родитель количество раз за минуту)
3. 100метров ;(Ученик)
4. отжимания в упоре лёжа. (Родители ,количество раз за минуту)
5. 60.метров(Ученик)
6. Подтягивание.(Родители, количество раз за минуту)
7. 100 метров.(Ученик)
8. Метание на меткость.(Родители, попадание в горизонтальную мишень 3 попытки)
9. 100метров. (Ученик)
10. Прыжок в длину. (Родители, одна попытка)
11. .100 метров.(Ученик)

**Определение победителей соревнований, награждение:**

Победителей определяют по лучшим результатам по параллели и награждают медалями и дипломами.

**Ведущий 1:**Поздравляем!!! Друзья! Несмотря на результаты сегодняшних состязаний, все участники и болельщики получили заряд бодрости и хорошего настроения!

**Ведущий 2:**Вот и закончился наш спортивный праздник, сегодня мы стали еще более сильными, выносливыми и смелыми. Мы желаем Вам, чтобы “День ГТО” у вас был каждый день: и в школе, и дома. Растите крепкими, здоровыми и ловкими!

**Ведущий 1:** Ребята, всегда помните крылатые фразы: “Спорт и движенье – жизнь”, “ В здоровом теле – здоровый дух! “Чтоб здоровым, сильным быть, нужно спорт, друзья, любить”. Мы желаем всем: “Будьте здоровы!”. До новых встреч на спортивных площадках!

**Ведущий 2:**Ребята! Наш день продолжается: вас ждут листки здоровья и экскурсии по экологическим тропам.

А теперьпродолжаем день здоровья. И неважно, кто сегодня станет победителем. Главное – чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника. Атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Пусть дружба объединит Вас.