Сценарий спортивного праздника "День здоровья"

Автор: Ганзюк Александр Николаевич

Организация: КГУ « Средняя школа №1 Имени Мурата Айтхожина»

г. Петропавловск

Ежегодно во всем мире отмечается Всемирный день здоровья. 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 .

Отвечая за пропаганду здорового образа жизни предлагаю сценарий проведения спортивного праздника “День здоровья”.

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

**Задачи:**

* создание положительного настроя и благоприятной обстановки для обучения и воспитания учащихся;
* стимулирование желания студентов к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

**Программа Дня здоровья:**

1. Линейка, посвященная Всемирному дню здоровья.
2. Утренняя зарядка.
3. Мероприятия в спортивном зале.
4. Выпуск листков здоровья.
5. Экскурсии по экологическим тропам.

**Оформление:**

В рекреации перед спортивным залом вывешены плакаты на тему: “Мы - за здоровый образ жизни!”, на стенах спортивного зала плакаты: “Здоровье в порядке – спасибо зарядке!”, “Здоровье – всему голова”, “Спорт и движенье – жизнь!”, “Чтоб здоровым, сильным быть, нужно спорт, друзья, любить”.

**Ход проведения мероприятия:**

В этот день утро начинается с проведения для всех групп линейки, посвященной Всемирному дню здоровья. Затем проходят спортивные мероприятия. А в конце учебного дня каждая группа 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)

**Сценарий:**

**Ведущий 1:**Добрыйдень,дорогие друзья! Сегодня, мы отмечаем \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_-------- день здоровья .

Слово гостям\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Слово руководству\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Представление жюри\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_-

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_-----------------  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

. В этот день проходят спортивные соревнования и праздники, чтобы учащиеся были здоровыми и крепкими, смелыми и отважными, ловкими и сильными!

А почему такой день существует? Да, потому, что здоровье – это самое дорогое, что есть у человека. Но, что, же такое здоровье?

**1 Вед:**Здоровье – это когда тебе хорошо!

**2**  Здоровье – это когда ничего не болит!

**3**Здоровье – это красота!

**4**  Здоровье – это сила!

**5**  Здоровье – это гибкость и стройность!

**6**  Здоровье – это выносливость!

**7**  Здоровье – это гармония!

**8**  Здоровье – это когда утром просыпаешься бодрым и веселым!

**9**Здоровье – это когда ты без труда можешь подняться на 4 этаж!

**10**  Здоровье – это когда ты с радостью выполняешь любую работу!

**11**  Здоровье – это когда ты радуешься жизни!

**Ведущий :**“Здоровье до того превышает все остальные блага, что здоровый нищий счастливее больного короля”.

**Ведущий :**Ребята, я хочу начать нашу встречу с притчи: в одном доме жил мужчина. Вместе с ним жили его жена, его престарелая мать и его дочь – уже взрослая девушка. Однажды поздно вечером, когда все домочадцы уже легли спать, в дверь кто – то постучал. Хозяин встал и отворил дверь. На пороге стояли трое. “Как вас зовут?” - спросил мужчина. Ему ответили: “Нас зовут Здоровье, Богатство и Любовь, пустите нас к себе в дом”. Мужчина задумался. “Вы знаете – сказал он, - у нас в доме только одно свободное место, а вас трое, пойду, посоветуюсь с родными, кого из вас мы сможем принять в нашем доме”. Как вы думаете, кого они впустили в свой дом? Дочь предложила впустить Любовь, жена – Богатство. А больная мать попросила впустить Здоровье. И это неудивительно, поскольку для каждого поколения существуют свои ценности, и человек начинает ценить свое здоровье только при явной угрозе ему. “Человек может жить до 100 лет, - говорил академик Павлов И.П. – Мы сами своей невоздержанностью, своей беспорядочностью, своим безобразным обращением с собственным организмом сводит этот нормальный срок до гораздо меньшей цифры”.

**Ведущий :**Здоровье надо беречь, заботиться о нем с ранних лет. Об этом знают даже второклашки.

Чтоб здоровье сохранить,   
Организм свой укрепить,  
Знает вся моя семья  
Должен быть режим у дня.

Следует, ребята, знать  
Нужно всем подольше спать.  
Ну, а утром не лениться –  
На зарядку становиться!

Чистить зубы, умываться,   
И почаще улыбаться,   
Закаляться, и тогда  
Не страшна тебе хандра.

Кушать овощи и фрукты,  
Рыбу, молокопродукты -   
Вот полезная еда,  
Витаминами полна

На прогулку выходи,   
Свежим воздухом дыши.  
Только помни при уходе:  
Одевайся по погоде!

Вот Вам добрые советы,  
В них запрятаны секреты.  
Чтоб здоровье сохранить –   
Научись его ценить!

**Ведущий**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 утро нужно начинать с зарядки. Для чего нужна зарядка?

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

“**На зарядку - становись!”** .

**Ведущий 1:**

Спорт, ребята, всем нам нужен.  
Мы со спортом крепко дружим!  
Спорт – помощник!  
Спорт – здоровье!  
Спорт – игра!  
Всем физкульт – ура!

**Ведущий :**А теперьначинаем соревнования. 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!

**Спортивные тесты:**

**Участники соревнований:**

В спортивных мероприятиях принимают участие учащиеся 9-11классов .

**Руководство проведением соревнований:**

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

**Условия проведения:**Соревнования проходят по 7 этапам.

1. прыжки в длину
2. Хоккей
3. Шахматы
4. Скакалка
5. .вис на перекладине (подтягивания);гири(развитие силы).
6. Канат
7. Эстафеты с мячами

**Определение победителей соревнований, награждение:**

**Слово жюри**

Победителей определяют по лучшим результатам и награждают.

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

Вот и закончился наш спортивный праздник, сегодня мы стали еще более сильными, выносливыми и смелыми. Мы желаем Вам, чтобы “День Здоровья” у вас был каждый день: и в школе и дома. Будьте крепкими, здоровыми и ловкими! До новых встреч