

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
«Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
городского округа Отрадный»**



**Спортивно – оздоровительное мероприятие
«Мой любимый город!»**

Организатор:

Воспитатель

первой квалификационной категории

Клинкова Елена Ивановна

Отрадный 2016

Цель:

Приобщение подрастающего поколения к здоровому образу жизни и воспитание ценностного отношения к своему здоровью.

Задачи:

- Воспитывать потребность и привычку в систематических занятиях физическими упражнениями.
- Формировать понимание значимости заботы о своем здоровье.
- Содействовать развитию положительных эмоций, умению общаться со сверстниками, взаимопониманию и сопереживанию.

Спортивный инвентарь:

45 шт. надувных шаров, 3 обруча, 3 гири, 3 флажка, 3 короны из пластиковой бутылки, 3 картошки, 3 ложки, 3 клюшки, 3 скакалки, секундомер, измеритель длины.

Участники:

Воспитанники групп: М1, М2, М3.

Ход проведения занятия.

1. Организационный этап.

Мероприятие проводится в МАУ «Спорткомплекс «Шанс»» г.Отрадный.

- Разделить воспитанников на три команды, подобрать отличительную форму или ее элементы, раздать задание.
Задание командам: название, девиз, отработка команд построения в шеренгу, колонну, повороты.
Индивидуальное задание: вместе с родителями подобрать стихи о городе, о спорте и его пользе.
- Ознакомить с инструктажем по технике безопасности:
- Правила поведения в Спорткомплексе.
- Ознакомить воспитанников с планом мероприятия и целью его проведения.

В зал под музыку входят все группы, становятся в круг.

2. Вводная часть.

Ведущий:

Сегодня у нас с вами пройдет оздоровительное мероприятие «Мой любимый город!», посвященное 60-летию города Отрадного.

И ребята приготовили стихи о своем любимом городе. И сейчас они прочитают для нас с вами.

Город мой, души моей отрада,
Город мой, любви моей причал.
Мне другого города не надо,
Ты в судьбе начало всех начал.

Нет на свете города чудесней –
Города, живу в котором я!
О тебе уже слагают песни,
Пишут о тебе мои друзья.

Для меня ты так красив и светел!
С каждым днем люблю тебя сильнее!
Нет красивей города на свете,
Нет земли, прекраснее твоей!

Сегодня будут веселые старты вместе со взрослыми: папы, братья, дяди наших воспитанников. Давайте знакомиться: семья Трифоновых, семья Стародубовых, Чугутовых, Хоснуллиных, Гладышевых, Столбовых – шаг вперед, давайте похлопаем им. Также провести это мероприятие помогут спортсмены - боксеры, самбисты, гости из ДМО:

- тренер – преподаватель по боксу Боркунов А. И.;
- тренер – преподаватель по самбо Мирзоев В. Н.;

-тренер по фитнесу - Ребиндер Е.М.

У нас будет 3 команды: капитаны Ваня, Игорь, Илья.

Ведущая:

- Сейчас по моему сигналу капитанам построить свои команды.

(показать, где строиться)

- Командам построиться в три колонны (звучит свисток).

- Равняйся, смирно!

Ведущая:

-Команды готовы.

-А теперь хочу представить наше уважаемое жюри: (до 5 баллов)

председатель жюри (главный судья) – методист Емельянова Н.Н.

учитель физкультуры – Иванов Н.В.

Воспитатель школы – интерната – Никишина Л.Е.

Педагог- организатор Коновалова Елена Валерьевна

3.Практическая часть мероприятия-эстафетный этап.

Итак, веселые старты начинаются:

1 конкурс: (до 3 баллов)

- Какая команда дружнее скажет название и девиз?

1 команда: «Сильные» (Ваня)

2 команда: «Быстрые»

(Гоша)

Наш девиз:

Мы сегодня боевые,

И играем лучше всех,

Нашу быструю команду

Ждет победа и успех!

Мы сегодня – то, что надо!

Победит команда сильных!

Бодрые и смелые

И во всем умелые! (И самые сильные)

3 команда:

«Смелые» (Илья)

Тот, кто с нами хочет быть,

Ловким, смелым должен быть!

Перед началом олимпийских игр традиционно проходит эстафета передачи огня. Этот огонь зажигают в городе проведения Игр во время открытия и горит он непрерывно до окончания игр. *Олимпийский огонь* — один из символов олимпийских игр, приносящий радость и удачу жителям этого города и страны.

2. Передача олимпийского огня: (до 5 баллов)

В качестве олимпийского огня у нас будут – флаги. По сигналу первые участники бегут с флажком, оббегают фишку и бегут обратно, передавая флажок следующему участнику. Выигрывает команда, которая быстрее выполнит задание.

3. Королевский бег:

Мальчики – будущие мужчины, вы наша опора и поддержка. Вы должны быть ответственными, внимательными и галантными по отношению к окружающим людям.

Капитанам команд дается корона, она одевается на голову, не держа ее, надо пройти до фишки, обежать ее и передать корону следующему участнику, если корона упала нужно остановиться, поднять ее, одеть на голову и дальше выполнять задание.

4. Эстафета с мячом:

Вначале мяч передаем снизу из рук в руки, когда мяч доходит до конца, то его передаем сбоку, какая команда сделает это быстрее, та и выиграет.

5. Конкурс для пап – самый сильный папа:

Кто больше из пап поднимет гири – весом 16кг.

Слово жюри: ...

(Если время остается, пока жюри считает, с детьми поиграть)

1. Назовите имена известных вам русских богатырей (Добрыня Никитич, Илья Муромец, Василий Буслаев, Алеша Попович)

2. С кем сражался Илья Муромец? (с Соловьем разбойником).

3. Название головного убора русских богатырей (шлем)

4. Название тяжелого панциря, сплетенного из металлических колец (кольчуга).

5. Для владения этим холодным рубящим оружием необходимо обладать немалой силой. Существовал обычай перед боем, целовать оружие, таким образом, его владелец хотел приобрести особый оберег (меч).

6. Бег с препятствиями:

Вначале бежите, затем ползете по желтому покрытию, потом через себя нужно надеть обруч, обегаете фишку и бежите назад, передавая эстафету следующему игроку. Кто это сделает быстрее, тот и победитель.

7. Эстафета с шариком:

Капитаны команд получают по надувному шарик и клюшке. С помощью клюшки аккуратно, чтобы не лопнул шарик, толкаем его вперед, когда добегает до фишки, берем клюшку и шарик в руки, обегает фишку и бежим назад, передавая шарик и клюшку следующему участнику, если шарик поднялся вверх, ждать, когда шарик опустится, клюшку поднимать вверх и махать ею нельзя.

8. Конкурс капитанов и гостей: (до 3 баллов)

Где свою ловкость и силу покажут наши капитаны.

Прыжки в длину – 3 попытки, прыжки через скакалку в течение минуты.

9. Конкурс для воспитателей.

Свое мастерство покажут воспитатели.

Воспитателям даются скакалки, кто сможет из воспитателей за минуту дольше попрыгать, тот и выиграет.

Слово жюри: ...

10. Картошка в ложке:

По сигналу первый участник, держа на вытянутой руке ложку с картошкой, бежит, обегает фишку и бежит обратно, передавая ложку с картошкой следующему игроку. Кто это сделает быстрее, тот и выиграет.

11. Музыкальный конкурс – повтори движения!

А сейчас мы включаем музыку и у нас будет еще один конкурс, вы должны повторять за тренером движения под музыку, жюри должно определить, кто был лучший из вас, кто точнее и правильнее повторял движения.

12. «Надувные шары»: (заключительная эстафета)

У какой команды все шарики быстрее лопнут, сев на них, не помогая руками, та команда и выиграет.

4. Мастер -класс -

(Пока жюри подводит итоги).

Ведущий

А сейчас свое профессиональное мастерство покажут спортсмены-боксеры, самбисты. Давайте все сядем поудобнее и будем смотреть.

После каждого выступления дается краткая характеристика вида спорта.

4. Заклучительный этап.

Выходят чтецы

1.Подходит к концу наша встреча со спортом

И с теми, кто дружит со спортом всю жизнь!

С ним легче учиться и лучше работать.

Спорт – главный помощник для каждой семьи!

2. В мире нет рецепта лучше

Быть со спортом неразлучным

Проживешь сто лет-

Вот и весь секрет!

3. Со спортом дружите, в походы ходите

И скука вам будет тогда нипочем.

Мы праздник кончаем и вам пожелаем

Здоровья, успехов и счастья во всем!

Слово жюри

- Награждение участников сладкими призами, грамотами.

Ведущий

Хочу сказать большое спасибо тренерам - преподавателям, ребятам – спортсменам, методисту и директору «Спорткомплекса «Шанс» за оказание помощи в организации и проведении этого мероприятия. Давайте дружно, ребята, скажем спасибо.

На этом наш праздник заканчивается.

Фрагменты мероприятия.



