**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области**

**«Школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья**

**городского округа Отрадный»**

**Физкультурно-оздоровительное мероприятие:**

**«Вместе за здоровый образ жизни!»**

Воспитатели: Клинкова Е.И.

Яшкина Т.Ю.

24.11.2017г.

**Цель мероприятия:**

- Укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию воспитанников.

**Задачи:**

**-** Воспитывать потребность и привычку к систематическим занятиям физическими упражнениями.

- Формировать здоровый образ жизни семьи.

- Осуществлять закаливание организма, развивать нравственно-волевые качества (быстроту, ловкость, внимание).

- Содействовать развитию положительных эмоций, умению общаться со сверстниками, взаимопониманию и сопереживанию.

ЗДАВСТВУЙТЕ ребята, родители, гости. Мы рады приветствовать вас в стенах «Стадиона «Нефтяник», в бассейне «Дельфин».

Наш город Отрадный не даром зовут Спортград, потому что в Отрадном спортом и физкультурой занимается каждый третий житель, каждый сотый представляет город на спортивных мероприятиях.

Спасительной силой в нашем мире является спорт - над ним по-прежнему реет флаг оптимизма, здесь соблюдают правила и уважают противника независимо от того, на чьей стороне победа.

Сегодня наше физкультурно-оздоровительное мероприятие пройдет под девизом «Вместе за здоровый образ жизни!»

И под ваши аплодисменты я объявляю его открытым

Помогать мне вести мероприятие будет воспитанник школы-интерната …

\*\*\*

1. Стишок я хочу посвятить для людей;

Для тех, кто не знает, как плавать в воде,

Кто плаванье в жизни всегда избегал,

Кто радость воды никогда не познал.

**\*\*\***

В воде человек организм закалит

Сосуды и сердце свое укрепит,

Он будет и сильным, и стройным всегда,

И в этом поможет нам только вода.

**Ведущий.**

Давайте проверим готовность команд

- Команды готовы! (готовы)

Вместе с воспитанниками в командах будут принимать участие папы и мамы.

Давайте им поаплодируем!

Сегодня в конце физкультурно-оздоровительного мероприятия мы узнаем, какая команда самая дружная, ловкая и быстрая.

Прежде чем команды начнут соревноваться, я хочу представить наше уважаемое жюри:

С жюри познакомились, предлагаю познакомиться с командами.

**1конкурс:** Ребятам было дано задание - придумать название, девиз, визитную карточку. Какая команда сделает это интереснее и дружнее, та команда и получит больше баллов.

Сегодня на нашем мероприятии присутствуют приглашенные гости. Гости наши не простые. Это ребята, которые занимаются плаванием и даже завоевали свои первые награды. Давайте встретим их дружными аплодисментами (выходят ребята)

*«Берем интервью»*

- Как вас зовут?

- Чем вам нравится плавание?

- Сколько лет занимаетесь?

- Какой стиль плавания вам больше нравится?

На каких соревнованиях участвовали? (Если есть награды, то про них рассказать и показать.)

Сейчас ребята познакомят вас с разными стилями плавания. Покажут технику выполнения, вы следите внимательно, запоминайте каждый стиль, вам это сегодня очень пригодиться для победы!

*Мастер-класс «Основные стили плавания»* **-** знакомство со стилями плавания

Ребята по очереди показывают

1. Брасс

2. Кроль

3. Баттерфляй

4. Плавание на спине

И так стили мы с вами посмотрели, я надеюсь, все запомнили.

Внимание **второй конкурс** «Угадай стиль»

*(Команды перестраиваются)*

Сейчас наши пловцы по очереди в воде будут проплывать в определенном стиле, ваша задача записать правильный ответ на листе.

Ответы сдаем жюри, а мы переходим к самой главной части нашего мероприятия – это эстафете.

**3 конкурс - эстафета:**

Объясняю порядок последовательности прохождения эстафет

1этап - 3человека от команды (ребята старшей возрастной группы плывут туда и обратно)

2этап - 6человек от команды - начинают мамы, а обратно плывут воспитанники младшей возрастной группы

3этап - 3человека от команды – спортсмены

4этап – 3человека от команды - папы

Все молодцы! Отлично справились со всеми заданиями, жюри удаляется для подведения итогов. А у вас ребята время купаться, плескаться.

**Награждение …**

Воспитанник читает стихотворение:

\*\*\*

Ведь плаванье - навык необходим.

И маленьким детям, и даже большим,

Ведь это залог безопасности всех,

Ведь это здоровье, радость, успех.

\*\*\*

Давайте же плавать учиться,

Нырять и в воде веселиться.

Пусть в жизни везде и всегда

Вам радость приносит вода!

**Ведущий**

***-*** Ребята, вам понравилось занятие?

- А какое у вас настроение?

На этом наше мероприятие подошло к концу, и давайте вместе поблагодарим:

- всех наших спортсменов под руководством …. за прекрасно подготовленный мастер-класс*«Основные стили плавания!»,* за показательные выступления по плаванию, за участие в соревнованиях

- администрацию МАУ Спорткомплекса «Нефтяник» за предоставление бассейна и оказание помощи в организации мероприятия.

(делается общая фотография)