

Сценарий спортивного праздника для учащихся 1-4 классов

«Мы готовы к ГТО»

Место проведения праздника. Спортивный зал, актовый зал.

Обеспечение. Гимнастические маты 3 штуки, скакалки 3 штуки, мешочки с песком, 3 обруча, 3 воздушных шарика

Руководство проведением праздника.

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

Условия проведения:

Соревнования проходят по 6 этапам.

Руководство проведением соревнований:

Общее руководство возлагается на учителя физической культуры, классного руководителя, ему помогает жюри, два ведущих.

Участники соревнований:

В спортивных мероприятиях принимают участие учащиеся 1-3 классов, классные руководители и воспитатели, и другие педагоги школы.

Цель: формирование у учащихся потребности в здоровом образе жизни.

Задачи:

1. Создание положительного настроения и благоприятной обстановки для обучения и воспитания учащихся;
2. Стимулирование желания школьников к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Ход праздника.

(Под звуки спортивного марша *«Мы верим твёрдо в героев спорта»* учащиеся и педагоги школы входят в зал для открытия Дня здоровья)

Ведущий 1: Добрый день, дорогие друзья! 7 апреля на всей планете люди отмечают Всемирный день здоровья. В этот день во всем мире проходят спортивные соревнования и праздники, чтобы дети всей планеты росли 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. «Здоровье до того превышает все остальные блага, что здоровый нищий счастливее больного короля».

Ведущий 2: Здоровье надо беречь, заботиться о нем с ранних лет. Об этом знают все ученики, и они готовы сдавать нормы ГТО.

Если вышел ты на старт,

Позови с собой друзей.

Нормативы ГТО сдавать

Вместе веселей.

Если крепок ученик

Телом, духом, волею

Нормативы ГТО

Сдавай в средней школе.

При сдаче норм ГТО необходимо сдавать прыжок в длину. Сейчас мы проверим как вы умеете прыгать.

Но перед конкурсом предлагаю всем размяться. Все встаём в круг.

(Танцуют танец маленьких утят.)

Конкурс № 1 Прыжок в длину с места.

Жюри подводит итоги конкурса. Награждаются победители призами и грамотами (личники).

Ведущий 1:

Как важно спортом заниматься!

Чтоб быть здоровыми всегда -

Должны мы сами постараться,

И всё получится тогда!

"Готов к труду и обороне!" -

Когда-то знала вся страна.

И на огромном стадионе

Была победа так трудна!

Все сдающие нормы ГТО должны уметь метко стрелять, поэтому второй конкурс на меткость.

Но перед конкурсом предлагаю всем размяться. Все встаём в 3 круга. Я предлагаю вам всем немного подвигаться, размять свое тело.

Под музыку «Если долго-долго – долго» подбрасывают воздушный шар и не дают ему упасть.

Задача. Все участники каждой команды по очереди бросают с расстояния 6м мешочек с песком в мишень (обруч). Побеждает команда, сделавшая больше попаданий.

Конкурс № 2 «Стрелок».

Жюри подводит итоги конкурса. Награждаются победители призами и грамотами (личники).

Ведущий 2:

И вот теперь, когда мы знаем

Призыв всеобщий: "Будь готов!",

Мы физкультуру выбираем,

Сдадим все нормы ГТО!

Добьёмся лучших результатов,

Чтоб все рекорды нам побить!

Как наши сверстники когда-то,

Значок заветный получить!

Следующий конкурс на координацию движений.

Но перед конкурсом предлагаю всем размяться. Все встаём в круг.

По сигналу каждый участник поднимает одну ногу и стоит на одной ноге (любой).

Необходимо как можно дольше продержаться на ней, стоя или прыгая на одной ноге под музыку.

«Песня друзей»

Конкурс № 3 Единоборство. Вращение обруча, стоя на стуле.

Жюри подводит итоги конкурса. Награждаются победители призами и грамотами (личники).

Ведущий 1: Ребята! Все слышали, чтобы быть здоровым необходимо как можно больше двигаться. Ведь недаром говорят: “Движение – это жизнь”. У нас в стране все от мала до велика сдают нормы ГТО, чтобы быть здоровыми.

Быть готовым к ГТО нужно каждому из нас
Чтоб страну свою родную защищать и прославлять.
Каждый знает: нелегко нынче нам дружить со спортом.
Нас затягивает, в сеть интернет нас увлекает
Ну, найди в себе ты силы, встань скорей, дружок, на лыжи
И вперед на ГТО!

Ведущий 2: Ребята! Поднимите руки те, кто делает физзарядку! Вижу, что многие из вас делают физзарядку, занимаются спортом.

Расскажу вам для чего
Сдаём мы нормы ГТО:
Чтоб здоровье укреплять,
Патриотами чтоб стать.
Нужно ведь спортивным быть,
Чтоб Россию защитить!
Чтоб спортсменов стало много,
Чтобы жили люди долго,
Чтобы знал и стар, и млад,
Что здоровье – это клад!
И посмотрим - кто кого!
Все на сдачу ГТО!

Следующий конкурс тоже входит в сдачу норм ГТО.
Но перед конкурсом предлагаю всем размяться. Все встаём в круг.

«Летка-енька»

Конкурс № 4 поднимание туловища за 1 минуту.

Жюри подводит итоги конкурса. Награждаются победители призами и грамотами (личники).

Ведущий 1:

Пускай пока вы только дети,
Должны равняться лишь на лучших.
За будущее наше вы в ответе
И нормы ГТО сдадите дружно!
Здоровье, сила духа, спорт,
Вас с ними лишь победа ждёт.
Все вредные привычки вам нужно позабыть,
Вы Родины своей должны достойны быть!

А сейчас мы посмотрим кто больше всех сделает прыжков через скакалку
за 30 секунд.

Но перед конкурсом предлагаю всем размяться. Все встаём в круг.

«Чунга-чанга»

Конкурс № 5 прыжки через скакалку за 30 секунд.

Жюри подводит итоги конкурса. Награждаются победители призами и грамотами (личники).

Ведущий 2: А теперь продолжаем наш праздник здоровья. И неважно, кто сегодня стал и станет победителем. Главное – чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника. Атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Пусть дружба объединит Вас!

С детства мы со спортом дружим,

Физкультуру очень любим.

Комплекс спортивный успешно сдадим,

Значок ГТО на груди прикрепим.

А теперь проверим ваш пресс.

Но перед конкурсом предлагаю всем размяться. Все встаём в круг.

«Если весело живётся»

Конкурс № 6 Удержание прямых ног под углом 30 градусов лежа на спине, руки за головой.

Жюри подводит итоги конкурса. Награждаются победители призами и грамотами (личники).

Определение победителей соревнований, награждение:

Победителей определяют по лучшим результатам и награждают медалями и дипломами (какой класс победил).

Ведущий 1: Поздравляем!!!

Друзья! На нашем празднике 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 Здоровья” у вас был каждый день: и в школе, и дома. Растите крепкими, здоровыми и ловкими!

Приветствуем всех,

Кто время нашел.

И в школу на праздник здоровья пришел!

Мы будем здоровы, с зарядкой дружны,

Нам спорт с физкультурой, как воздух нужны!

(Под звуки спортивного марша *«Песня про ГТО»* участники соревнований и болельщики выходят из зала).