**Сценарий внеурочного физкультурно-оздоровительного мероприятия**

**«День здоровья» с учащимися 1-4, 5-9 классов**

Цели и задачи:

Цель: пропаганда активного здорового образа жизни и спорта.

Задачи:

* Создать положительный эмоциональный фон, атмосферу благополучия и доброжелательности.
* Совершенствовать двигательные умения и навыки, полученные на физкультурных занятиях.
* Закрепить навыки в беге, прыжках, метании, отбивании мяча.
* Укреплять мышечный корсет, силу мышц рук, ног.
* Развивать стремление к победе, чувство коллективизма, дружбы, взаимопомощи между детьми;
* Развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости
* Воспитание выдержки, настойчивости, смелости, организованности, командного духа, уверенности в своих силах.

**Место проведения:** спортивный зал

**Ответственные за организацию и проведение мероприятия:** заместитель директора по воспитательной работе, учителя физической культуры. Помощь в организации оказывают родители учащихся. Помощники судьи назначаются из числа учащихся старших классов.

Инвентарь и оборудование:

Муляж олимпийского огня, муляж олимпийских колец, портативная колонка, диплома участников(3), конус (6 штук), шарик надувной (6 штук), волейбольный мяч (18 штук), фишки футбольные (42 штуки), скакалка (6 штук), ведро (6 штук), гимнастическая палка (6 штук), обруч (6 штук), баскетбольный мяч ( 6 штук), фломастер ( 6 штук), альбомный лист ( 6 штук), кубок победителей(1),

**Ход мероприятия**

 **Олимпийский огонь**

Каждая команда делится на пары- девочка с мальчиком. Мальчик должен перенести девочку до конца дистанции и обратно. В это время, девочка должна держать в руке конус с шариком и не уронить. Эстафета заканчивается, когда последняя пара возвращается обратно в команду.

Инвентарь: конус(6 штук), шарик(6 штук)

**Опасный слалом**

Первый участник берет в руки 3 волейбольных мяча. Его задача донести все 3 мяча обратно, пройдя змейку и не задеть фишки. Эстафета заканчивается, когда последний участник возвращается обратно в команду.

Инвентарь: волейбольный мяч(18 штук), фишки(42 штуки)

**Игра «Подбери рифму»**

1. Хоккеист у нас Андрюшка,

У него коньки и …. (клюшка)

2. Футболист, сильней ударь,

А то мяч возьмет …. (вратарь)

3. Мускулист он и плечист,

Штангу-раз!- поднял …. (штангист)

4. Мчат мальчишки и девчонки

На машинах – это …. (гонки)

5. Мяч летит над белой сеткой,

Ты отбей его …. (ракеткой)

6. Баскетбол по нраву Нине.

Оп! И мяч уже в …. (корзине)

7. Нелегко, мальчишки,

Прыгать в воду с водной…. (вышки)

8. Красота и пластика –

Спортивная - …. (гимнастика)

9. Финиш ближе все и ближе,

На ногах у Глеба …. (лыжи)

10. Вот идет стрельба без звука,

Ведь стреляют-то из …. (лука)

11. Плывут быстро, молодцы,

Наши славные …. (пловцы)

12. Пешки, слон с ладьей хотят

Королю поставить …. (мат)

13. Рукоплещет стадион,

Ведь наш Валик- …. (чемпион)

14. Бой начнется очень скоро,

Ринг – площадка для …. (боксеров)

 **Большой забег**

Первый участник берет скакалку. Его задача доскакать до середины площадки, положить скакалку, сделать ускорение до конуса, оббежать его и вернуться к скакалке, взять ее в руки, передать эстафету следующему. Эстафета заканчивается, когда последний участник возвращается обратно в команду.

Инвентарь: скакалка(6 штук), конус( 6 штук)

**Гребля**

Первый участник встает одной ногой в ведро, другая остается на земле. Одной рукой он держит ведро за ручку, а в другой руке -гимнастическую палку. В таком положении необходимо пройти всю дистанцию и передать ведро и палку следующему. Эстафета заканчивается, когда последний участник возвращается обратно в команду.

 Инвентарь: ведро(6 штук), гимнастическая палка(6 штук)

**Большой баскетбол**

Каждая команда делится на пары. И эта пара стает спиной друг к другу и держит между собой шарик. Добегая до конца, пара должна пролезть через обруч и вернутся обратно. Эстафета заканчивается, когда последняя пара возвращается обратно в команду.

Инвентарь: обруч(6 штук), шарик (6 штук)

  **Чемпионы**

Первый участник должен пройти змейку спиной вперед, взять баскетбольный мяч, провести его до конца и написать одну букву из слова Чемпионы и вернутся таким же образом, доведя мяч до середины и пройти змейку спиной вперед. Эстафета заканчивается, когда последний участник возвращается обратно в команду.

Инвентарь: баскетбольный мяч (6 штук), фишки (12 штук), фломастер (6 штук), альбомный лист (6 штук)

**Флешмоб «Спорт- это здорово!»**

**Подведение итогов Спартакиады, награждение участников.**