

Департамент образования Администрации города Тюмени

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2 ГОРОДА ТЮМЕНИ

(МБОУ ОШ № 2 ГОРОДА ТЮМЕНИ)

**Всероссийский День здоровья!**

Беспалова О.С.

Учитель физической культуры

Первой категории

**Всероссийский День здоровья! 07.04.22**

**Девиз спортивного праздника:** «Чемпионами станут лучшие – здоровыми будут все!»

**Цели:**

Пропаганда спорта, как альтернатива негативным привычкам;

Создать праздничное настроение;

Пропаганда здорового, активного образа жизни;

Выявление талантливых детей.

**Задачи:**

Образовательная – Научить детей проявлять свои индивидуальные возможности, привить им стремление к физическому самосовершенствованию;

Воспитательная – Воспитывать чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, «здоровый дух соперничества». Привлекать ребят к систематическим занятиям физической культурой**;**

Оздоровительная – Укрепить здоровье учащихся.Развить у ребят наблюдательность, сообразительность, находчивость, ловкость, быстроту.

Для начальных классов : проведение **«флешмоба».**

Все участники под музыку повторяли танцевальные движения за организатором.

**«Веселые старты» среди 5 классов.**

**Инвентарь:** Секундомер, свисток, эстафетные палочки, мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные), обручи,скакалки, кегли, баскетбольные кольца.

**Место проведения:** Спортивный зал.

**Состав команды:** К эстафете каждому классу нужно сформировать команды из восьми девочек и восьми мальчиков. Все дети должны иметь медицинский допуск к участию в эстафете и спортивную форму одежды.

**Простое дело**

Две команды выстраиваются на линии старта. Первый игрок получает миску, наполненную водой, и по сигналу начинает бег, стараясь не расплескать воду. На финише в 15-20 шагах на некотором расстоянии друг от друга стоят скамейки. Игрок ставит тарелку на скамейку ( перешагивает через нее), переставляет миску и т. д. Затем, взяв тарелку, возвращается обратно. Бег начинает второй игрок. Если команда закончила эстафету раньше, но воды в миске осталось меньше, чем у соперников, то игра закончилась вничью.

**Перепись населения**

Соревнуются команды по принципу эстафеты. Участники бегут туда, где лежит лист бумаги и толстый маркер. Добежавший записывает имя любого участника своей команды (кроме себя и уже записанных) и, взяв маркер, бежит обратно, передает его другому участнику. Очень забавно, как последние игроки усиленно вспоминают, чье имя еще не записано. Игра позволяет лучше запомнить имена в новой компании.

**Гонки с зонтиком**

В эстафете принимают участие две команды. От каждой команды однов­ременно бегут два игрока, которые держат над собой раскрытый зонт. Зонт передается следующей паре как эста­фетная палочка.

**Картошка в ложке**

Надо пробежать определенное расстояние, держа в вытянутой руке ложку с большой картофелиной. Бегут по очереди. Время бега засекают по часам. Если картофелина упала, ее кладут обратно и продолжают бег. Бежать без картофелины нельзя! Побеждает показавший лучшее время. Увлекательнее, если это будет состязание команд.

**Ныряй в обруч**

Эстафета. Игроки команд по очереди гонят обруч от старта до финиша и при этом стараются как можно чаще про­скаль­зывать в него то с одной стороны, то с другой. Каждый нырок приносит команде один балл, но если обруч упал, то этот балл вычитается, а гонка продолжается с места «аварии».

**Перетягивание каната**

Команды встают друг против друга держась за канат. Чья команда по сигналу быстрее перетянет канат на свою линию противоположную команду , та и победила.

Соревнования по **мини-футболу** среди 7-8 классов. Участники между собой соревнуются за 1 место.

Соревнования по **пионерболу** среди 6 классов. Разыграют между собой 1,2,3 места.

Соревнования по **баскетболу** среди 9 классов. 4 команды разыграют между собой 1,2,3 место.

Все участники будут награждены дипломами и медалями.