

**МКОУ «Высоковская СШ»**

**Сценарий Дня здоровья**  
***«Бегом за добром»***  
***(в рамках общешкольного ключевого дела «Добро вместе»)***

**Круглова Нина Алексеевна,  
учитель физкультуры**

**с. Высокое**

Традиционно в нашей школе осенью организуется День здоровья, тематику которого определяет общешкольное ключевое дело согласно плану школы. День здоровья «Бегом за добром» прошёл в рамках тематического периода «Добро вместе». Участникам этого мероприятия предлагалось пройти в составе команд по маршруту со станциями, на которых проводились спортивные конкурсы с акцентом на понятия «дружба», «добро», «взаимопомощь» и др. Было сформировано четыре сборных команды: «Улыбка» и «Дружба» из обучающихся 1-4 классов, «Волонтёры» и «Добролюбы» из обучающихся 5-9 классов. Команды одной возрастной категории соревновались, двигаясь по маршруту одновременно. Выигрывала команда с наибольшим количеством баллов. Обучающиеся 10-11 классов – судьи на станциях.

**Цель:** привлечение детей к физической культуре и спорту, воспитание чувства товарищества и доброты.

**Задачи:**

- способствовать развитию у детей физических качеств: быстроты и точности движений, выносливости, меткости, ловкости;
- формировать умение коллективно взаимодействовать, соблюдая правила игры;
- способствовать формированию и сплочению коллектива через совместную деятельность детей;
- создать дружескую обстановку, хорошее настроение.

**Место проведения:** школьный двор и спортивная площадка.

**Участники:** обучающиеся 1-9 классов – участники соревнований, обучающиеся 10-11 классов – судьи на станциях.

**Ход мероприятия**

*Вступительное слово учителя физкультуры:*

На соревнования мы приглашаем, ребята, вас!

Праздник спорта и добра начинается сейчас!

Сегодня мы собрались, чтобы провести спортивное мероприятие для всех обучающихся школы, которое называется «Бегом за добром». Добро ассоциируется с такими понятиями как дружба, справедливость, благородство, великодушие, честность, добросовестность. Спорт – дело благородное. Не всегда принцип «победа любой ценой» справедлив. В спорте учреждена награда «Fair Play» («честная игра»), которая вручается за самые благородные поступки в спорте. Пусть же и сегодня каждому участнику нашего мероприятия помогают добро, дружба и взаимопомощь!

Мы желаем вам хорошего настроения, успехов. А начнём мы праздник спорта и добра с разминки.

В ладоши громко хлопните! (3 раза)

Нагой по полу топните! (3 раза)

Нагнитесь! Распрямитесь!

Теперь доброжелательно друг другу улыбнитесь!

*Выдача маршрутных листов*

Мы приглашаем командиров команд для получения маршрутных листов Дня здоровья. В них вы найдете указание на прохождения этапов спортивных состязаний. На каждом этапе вас будут оценивать судьи – учащиеся 10 и 11 классов.

***Маршрут команд среднего звена***

<b>Название станции</b>	<b>Содержание</b>	<b>Инвентарь</b>	<b>Количество баллов</b>
<b>Скорая помощь</b>	Необходимо перевязать «больному» раненую руку или ногу туалетной бумагой так, чтобы она не порвалась.	Два рулона туалетной бумаги	Максимально - 5
<b>Меткий стрелок</b>	Учащиеся с расстояния 3 метра бросают в ведро пробки от пластиковых бутылок. Каждый класс может выполнить по 20 бросков.	Два ведра и 40 крышек от пластиковых бутылок	Схема оценивания по количеству попаданий: 0-5 штук – 2 балла, 6-10 штук – 3 балла, 11-15 штук – 4 балла, 16-20 штук – 5 баллов.
<b>Цепочкой по бревну</b>	Длинная скакалка – это бревно. Все кладут руки на пояс впереди идущего участника команды.	Две скакалки	Максимально – 5. Штрафной балл – если отпустил руки, сошёл с бревна.
<b>Распорядок дня</b>	Командам раздаются в разброс карточки с пунктами режима дня. (1- подъем, 7-ужин, 5- свободное время, 3- завтрак, 2- зарядка, 6- домашняя работа, 8- прогулка, 4- школа, 9 - сон.) Команды должны построиться в правильном порядке, держа в руках распорядок дня.	Для разрезания ужин свободное время завтрак зарядка подъем домашняя работа прогулка школа сон	Максимально – 5.
<b>Добро</b>	Из опавших кленовых листьев составить слово	Опавшие листья	Максимально – 5.

	«добро»		
<b>Сделай добро!</b>	Собрать листья в кучу на территории школы с целью уборки школьной территории	Опавшие листья	Максимально – 5.
<b>Кто на кого похож</b>	Каждая команда должна показать пантомиму, т.е. движениями и жестами вид спорта, а другая команда должна угадать вид спорта.		Максимально – 5.
<b>Дружба</b>	Удерживая лбами большой резиновый мяч и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.	Два резиновых мяча	Максимально – 5.
<b>Добрая эстафета</b>	Добежать до стула, взять 1 лист с буквой и вернуться обратно. Эстафета считается законченной, когда команда выстроилась, держа перед собой составленное слово «Доброта»	Карточки с буквами слова «Доброта»	Максимально – 5.

**Маршрут команд начальных классов**

<b>Название станции</b>	<b>Содержание</b>	<b>Инвентарь</b>	<b>Количество баллов</b>
<b>Скорая помощь</b>	Необходимо перевязать «больному» раненую руку или ногу туалетной бумагой так, чтобы она не порвалась.	Два рулона туалетной бумаги	Максимально - 5
<b>Меткий стрелок</b>	Учащиеся с расстояния 3метра бросают в ведро пробки от пластиковых бутылок. Каждый класс может выполнить по 20 бросков.	Два ведра и 40 крышек от пластиковых бутылок	Схема оценивания: от 0-5 штук – 2 балла, от 6-10 штук – 3 балла,

			от 11-15 штук – 4 балла, от 16-20 штук – 5 баллов.
<b>Цепочкой по бревну</b>	Длинная скакалка – это бревно. Все кладут руки на пояс впереди идущего участника команды.	Две скакалки	Максимально – 5. Штрафной балл – если отпустил руки или сошёл с «бревна».
<b>Дружба</b>	Удерживая лбами большой надувной мяч и взявшись за руки, два участника команды бегут до ограничительного знака и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре.	Надувные шары	Максимально – 5
<b>Осенний букет</b>	Составить осенний букет и подарить своим учителям	Осенние листья	Максимально – 5
<b>Здоровому - всё здорово</b>	Американские ученые выяснили, что когда человек смеётся, в его легкие поступает почти втрое больше воздуха. Кроме того, смех прекрасно тренирует голосовые связки. Так что смейтесь на здоровье! Чья команда заразительнее будет смеяться та и выигрывает конкурс		Максимально – 5
<b>Доброе слово</b>	Я начну, а вы кончайте, хором дружно отвечайте.	1. Растает даже ледяная глыба от слова теплого (спасибо) 2. Зазеленеет старый пенек, когда услышит (добрый день) 3. Когда вас ругают за шалости, вы говорите (простите, пожалуйста) 4. Если друг попал в беду (помоги ему) 5. Решай споры	Максимально – 5

		словами, (а не кулаками) 6. Если словом или делом вам помог кто-либо, Не стесняйтесь громко, смело говорить: (Спасибо!) 7. Если больше есть не в силах, скажем маме мы: (Спасибо!) 8. Если солнышко садиться, по деревьям золотиться. Говорим тогда при встрече всем знакомым: (Добрый вечер) 9. Мальчик, вежливый и развитый говорит встречаясь: (Здравствуйте!)	
--	--	---	--

### ***Подведение итогов***

Дорогие ребята! Вот и закончились наши спортивные состязания. Теперь мы попросим уважаемое жюри подвести итоги и назвать победителей.

Осень – славная пора!

Бегай, прыгай, детвора!

На реке и на площадке,

Пусть звучит физкульт - ура!

### ***Рефлексия***

Учащиеся берут соответствующего цвета жетон и приклеивают его на лист.

Красный жетон – мне очень понравилось мероприятие.

Жёлтый жетон – понравилось мероприятие.

Синий жетон – не понравилось мероприятие.