

СПОРТИВНОЕ РАЗВЛЕЧЕНИЕ НА ТЕМУ «ПУТЕШЕСТВИЕ НА ПЛАНЕТУ ЗДОРОВЬЯ» с обучающимися 1-3 «а» класса Лесобиржской школы- интерната.

Воспитатель : Либина Е.А. 2019 год.

ВХОД команды под марш «Юных космонавтов», построение в шеренгу.

Вед. Здравствуйте, ребята и уважаемые взрослые. Сегодня у нас урок двигательной и эмоциональной активности. Внимание! Внимание! Спешу вам сообщить: Сегодня путешествие должны мы совершить! Отправимся мы, ребята, с вами на планету «ЗДОРОВЬЯ» на весёлые соревнования, будем путешествовать не одни, возьмём с собой ребят из 5 «а» класса. А полетим туда мы на парашюте! Все готовы к полёту? Полетели!

УПРАЖНЕНИЕ С ПАРАШЮТОМ

Прилетели! Ребят 5 класса прошу присаживаться на скамейки.

Сегодня на планете Здоровье у нас пройдут соревнования между двумя командами : «Красные», построитесь друг за другом за ориентиром, и команда «Синие», построитесь за другим ориентиром. Соревнования будет оценивать жюри.

Что- то нас никто не встречает? Давайте дружно похлопаем в ладоши!

Входит АНДРЕЙКА-НЕБОЛЕЙКА

А. Здравствуйте, ребята! Вы прилетели на планету «Здоровья». А меня зовут Андрейка по прозвищу Неболейка. Жителей нашей планеты всех Неболейками зовут.

Вед. А почему вы Неболейки?

А. Пусть ребята сами догадаются (ответы детей)

А. По секрету вам скажу

С физкультурой я дружу

Вы скажите-ка, ребятки,

Утром делали зарядку?

Сейчас посмотрим, как вы её умеете делать. Быстро в пары становитесь, не ленитесь, подтянитесь!

УПРАЖНЕНИЯ В ПАРАХ «Добрый жук»

Вед. Андрейка, а что ты ещё делаешь, чтобы не болеть?

А. Жители нашей страны: Коли, Оли, Саши, Нины

Принимают витамины

Ну и я их обожаю,

Не болею, не чихаю.

Ну-ка скажите, ребята, в каких продуктах больше всего витаминов?(овощах и фруктах)

Вед. Дети, а мы сейчас отправимся в магазин за овощами и фруктами.

ЭСТАФЕТА «Перенеси больше овощей и фруктов»

Дети, перепрыгивая через препятствия- добегают до «магазина»- обруча с шариками, берут как можно больше шариков в обе руки, бегут обратно, кладут шарики в свою корзину.

А. Ребята, а умеете ли вы загадки о здоровье отгадывать? Сейчас проверим, отвечайте хором! (для команд и зрителей)

Здоровье в порядке

Спасибо....(зарядке)

Чтоб здоровым, чистым быть,

Нужно руки с мылом ...(мыть)

Ежедневно занимайся,

Водой холодной...(умывайся)

А. Я вижу, ребята бегают быстро, а прыгают?

В. Я в них верю.

ЭСТАФЕТА С МЯЧОМ, ЗАЖАТЫМ МЕЖДУ КОЛЕНЯМИ

(Допрыгать до флажка от фишки зажав мяч между коленями, взять мяч в руки, бежать к команде)

В. Андрейка, а ребята ещё и перестраиваться умеют, ну прямо совсем, как в армии.

ПЕРЕСТРОЕНИЕ ПО КАРТОЧКАМ (3-5 классы)

4 раза перестроение (дев. - мальч.)

А. потому, что я принимаю витамины для глаз, умею метать, а вы?

В. А сейчас посмотрим.

ЭСТАФЕТА "СБЕЙ КЕГЛИ"

Команды по очереди выходят к канату, встают в шеренгу, взяв по одному шарiku, прицеливаются в кегли, построенными зигзагообразно и по команде "Покатили" катят шары, стараясь, как можно больше сбить кеглей.

А. Чистота- залог здоровья, вы это знаете?

В. Конечно! Вот сейчас и будем очищать свою территорию от мусора.

ИГРА С ВОЗДУШНЫМИ ШАРАМИ

Команды через канат перебрасывают под музыку шары "мусор" на сторону противника, по окончании музыки оценивается чистота территории команды.

В. Андрейка, я вижу у вас здесь страшная пропасть, а спастись, пройдя через неё, помогает мост, но вот беда- встать на него и ждать спасателей можно лишь, встав на одну ногу.

ЭСТАФЕТА "КТО КОГО ПЕРЕСТОИТ НА ОДНОЙ НОГЕ"

А. Ну, команды, теперь для вас ВИТАМИННЫЙ САЛЮТ! Команда Синих собирает синие шарики- витамины, красных- красные. Кто быстрее?

ИГРА "САЛЮТ"

под муз. кто быстрее соберёт шары в корзинки

А. хвалит детей. Ну, ребята, не зевайте, и скорее отвечайте, что же делать, как нам быть, чтоб здоровенькими быть?

(заниматься физкультурой, спортом, делать зарядку,)

Молодцы, мне пора на вечернюю пробежку, до встречи! А на прощание от меня здоровое угощение.

В. А теперь слово нашему жюри. (Раздача призов)

В. Наше путешествие подошло к концу и мы с вами медленно и верно возвращаемся в нашу школу.