**Міністерство освіти і науки України**

**Управління освіти, культури, молоді і спорту, праці та соціального захисту населення Зборівської міської ради**

**Зборівський районний центр дитячої та юнацької творчості**

**Спортивне свято**

**«Спритні, дужі, небайдужі»**

***( Організаційно-масовий захід )***

**Підготувала керівник гуртка**

**Мельник Любов Михайлівна**

**Зборів, 2019**

**Мета заходу:**

***Навчальна:*** навчити гуртківців свідомо ставитися до свого здоров’я, дотримуватися здорового способу життя: режиму дня, раціонального, правильного харчування, правил гігієни.

***Виховна:*** виховувати у гуртківців бажання перетворити набуті знання у внутрішню потребу, виховувати почуття дружби, колективізму, взаємовиручки. Формувати вміння працювати в команді.

***Розвиваюча:*** розвивати зацікавленість гуртківців до проведення фізкультурних вправ і процедур загартовування.

**Методи та форми проведення заходу:** гра.

**Ілюстративні матеріали:** картки з назвами продуктів харчування, плакат з висловами про здоров’я.

**Інструменти, обладнання:** м’яч, обруч, персональний комп'ютер, звукові колонки.

**І. Організаційний момент. Привітання .**

***Педагог:*** Дорогі діти, батьки, гості! Сьогодні ми зібралися на спортивне свято, щоб позмагатися у силі, спритності, винахідливості, кмітливості і просто відпочити. Рада вас бачити здоровими, бадьорими, готовими до фізичних випробувань. На сьогоднішнє свято ми запросили ваших батьків. Привітаємо їх!

(Діти аплодують)

***Педагог:*** Відомо, що фізична культура має велике значення в житті кожної людини. Особливо важливим є цей вид діяльності для школярів. Він сприяє розвитку фізичних і моральних якостей. Основним компонентом системи фізичного виховання є ранкова гімнастика.

Сьогодні в нас заняття не звичайне, а спортивне, і я сподіваюсь, що воно для вас буде цікавим. Ви будете вчитись працювати колективно, у командах. Ми використовуватимемо цікаві ігри, конкурси, вікторини.

***Гуртківець 1:***

Лиш перші промені в віконце зазирнули –

Вставай і швидше сон ти проганяй.

Для настрою, бадьорості та сили

Ранкову фіззарядку починай.

***Гуртківець 2:***

Ти кожен день живи за розпорядком:

Вставай, вмивайся, ліжко застеляй,

Сніданок з’їж і, дякуючи мамі,

У рідну школу, друже, поспішай.

Учися гарно, старанно, охайно,

Здолати лінощам себе не дозволяй.

***Гуртківець 3:***

У школі рухайся, спілкуйся, розвивайся,

Науки різні добре ти вивчай.

Зі школи ти додому повертайся,

Там пообідай, відпочинь, поспи.

Та про уроки ти не забувайся.

Завдання вчителя як слід зроби.

***Гуртківець 4:***

А далі – час весь твій:

Як хочеш – грайся,

Чи вдома, чи із друзями в дворі,

Побігай, пострибай чи позмагайся,

Хай розімнуться м’язи всі твої.

***Гуртківець 5:***

Ти можеш помогти своїй матусі,

Із татком щось цікаве змайструвать.

З сестричкою погратись трішки,

І про гуртки не забувать.

***Гуртківець 6:***

Ти вчасно ввечері вкладайся спати.

Здоровий сон тобі вкрай необхідний.

Здоровий будеш – то не будеш бідний.

Це самий дорогий для всіх презент.

**ІІ. Проведення заходу**

**1. Оголошення плану проведення виховного заходу**

Педагог оголошує план та порядок проведення виховного заходу та

ділить дітей на команди.

Під музичний супровід вихованці, під керівництвом педагога разом виконують вправи ранкової гімнастики.

А саме :

* вправи на потягування;
* повороти тулуба;
* рухи руками;
* присідання;
* поєднання рухів рук і ніг;
* підскоки;
* повільний біг;
* ходьба, або ходьба на місці;
* рухи руками з глибоким диханням.

***Педагог:*** Слід пам’ятати, що в першу чергу, людина сама відповідає за своє здоров’я і тільки сама може його зберегти. А для цього необхідно дотримуватись режиму дня;раціонального харчування; займатись фізкультурою і спортом та загартовуватись.

Тепер для проведення наших змагань ми виберемо журі , в яке входитимуть ваші батьки .

**2. Спортивні вікторини, конкурси, ігри**

- Вікторина (5 хвилин). Кожній команді роздаються малюнки з зображенням продуктів харчування: морква, картопля, помідори, яблука, виноград, хліб, яйця, молоко, сир, масло тощо.

Учасники кожної з команд для кожного продукту повинні на звороті малюнків написати назву вітаміну, який присутній в ньому.

- Конкурс пантоміма (10 хвилин).

Учасники кожної команди почергово показують режим дня школяра в рухах, інсценізаціях.

Відповідно батьки кожної команди записують чи розказують, що саме вони зрозуміли.

- Конкурс прислів'їв (5 хвилин).

***Педагог:*** Вашим домашнім завданням було підготувати прислів’я про здоров’я. Давайте послухаємо , як ви підготувались.

Учасники кожної команди почергово оголошують прислів’я.

Наприклад:

1. Здоров’я - всьому голова.

1. Як про здоров’я дбаєш, так і маєш.

2. В здоровому тілі – здоровий дух.

3. Здоров’я не купиш ні за які гроші.

4. Здоровий не знає, який він багатий.

5. Бережи одяг, поки новий, а здоров’я – доки молодий.

6. Без здоров’я нема щастя.

7. Здоров’я маємо – не дбаємо, а втративши – плачемо.

8. Було б здоров’я – все інше наживеш.

9. Найбільше багатство – здоров’я.

10. Хто добрих порад не слухає, той потім і на пальці дмухає, та пізно.

11. Шкіра – дзеркало здоров’я.

12. Чиста вода – для хвороби біда.

13. Хвороба з брудом в дружбі.

14. Брудні руки бруднять і обличчя.

15. Чисте повітря – ворог хвороб.

16. Ходи більше – проживеш довше.

17. Краще дихати свіжим повітрям, ніж пити ліки.

18. Вода все очищає.

19. Мило сіре та миє біло.

20. Де повітря, там і життя.

***Педагог:*** Молодці, діти. Та важливо не тільки знати народну мудрість, а й слідувати цим порадам все життя.

- Гра «Додай слово» (10 хвилин).

***Педагог:*** Пропоную вам погратися в рухливу гру «Додай слово» (з м’ячиком). Я починаю гру словами: «Якщо людина здорова, то вона…», і той кому я кину м’ячик, повинен продовжити речення одним словом.

Будьте уважні, можливо я скажу по іншому: «Якщо людина хвора, то вона..»

**Здорова Хвора**

Добра Зла

Щаслива Сердита

Життєрадісна Похмура

Весела Пригнічена

Усміхнена Ображена

Привітна Сумна

Працьовита Роздратована

Енергійна Плаксива

Емоційна Втомлена

Щира Невесела

Сильна Нещаслива

***Педагог:*** Ця гра має продовження. Вам необхідно намалювати на дошці (з зав’язаними шарфом очима) малюнок - обличчя здорової та хворої людини. Виграє той , хто краще, точніше і швидше виконає завдання. Шановне журі буде визначати переможців.

Почали!

(Діти виконують малюнки впродовж 10 хвилин).

***Педагог:*** задає запитання дітям

* Яка людина, на вашу думку, приємніша для спілкування?
* Якими хотіли б бути ви?
* Від чого залежить здоров’я людини?
* Що потрібно робити, щоб людина виросла сильною та мала міцне здоров’я?

(Відповіді дітей).

***Педагог :*** Наше свято продовжується і останнім конкурсом буде:

Конкурс з обручем (5 хвилин).

Всім членам команди потрібно пробігти від пункту А до пункту В і назад, перебігаючи через середину обруча .

Журі підводить підсумки змагань та оголошує команду – переможця та проводить їх нагородження.

**V. Підсумок заходу.**

***Педагог:*** Дорогі діти!Сьогодні ми з вами не тільки побігали, помалювали та погрались , але й з користю провели час. Бо побачили, які ми дружні, спритні, розумні, як вміємо вболівати один за одного. Ми зрозуміли, щоб зберегти своє здоров’я, треба правильно харчуватись, багато ходити, бігати, нормально висипатись та бути оптимістом.

Дякую вам, шановні батьки, за дружню підтримку дітей, за справедливе і доброзичливе суддівство.

А зараз запрошуємо всіх до вітамінного столу! Смачного!

**Література**

1. Буган Ю.В. Шкільні свята та розваги: [на допомогу педагогічним працівникам загальноосвітніх та позашкільних закладів освіти] / Ю.В. Буган, О.І. Тимчишин // Ч. І, 2-ге видання, доповнене. – Тернопіль: Астон, 2003. ‒ 220 с.

2. Воробйов В.І. Складові здоров'я. - М, 1988 ‒ 133 с.

3. Гігієна праці / За ред. А.М.Шевченка. ‒ К.: Вища школа, 1993. ‒ 583 с.

4. Куценко Г.І., Новіков Ю.В. Книга про здоровий спосіб життя. ‒

М., 1992 ‒ 223 с.

5. Литвин-Кіндратюк С. Д., Кіндратюк Б. Д. Народознавство та організація здорового способу життя школярів / АПН України; Прикарпатський ун-т ім. В.Стефаника. ‒ Івано-Франківськ: Плай, 1997. ‒ 279 с.

6. Шевчук А.Г. Основи медичної географії. ‒ Львів, 1997. ‒ 166 с.