

Сценарий спортивно-массового мероприятия для всех отрядов детей лагеря «Радуга» (п.Дивноморское)

«День здоровья»

Цель: формирование у детей потребности в здоровом образе жизни.

Задачи:

- создание положительного настроения и благоприятной обстановки для отдыха и воспитания детей;
- стимулирование желания детей к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

Место проведения: спортивная площадка.

Ход мероприятия:

Парад открытия дня здоровья (торжественное шествие команд – участников мероприятия, построение, приветственное слово работников физической культуры).

Представление членов судейства.

Представление команд-участниц (название, девиз). Состав команды 6 человек (3 девочки и 3 мальчика). Каждая команда должна иметь отличительные особенности (отличительные элементы одежды, плакаты поддержки, кричалки).

Итак, с командами познакомились, жюри выбрали, напутствие услышали – пора начинать соревнование!

Командам раздаются маршрутные листы.

У судейской бригады сводная таблица.

За каждое правильно и быстро выполненное задание команды получают баллы, помогающие фиксируют каждое задание. Перед каждым заданием необходимо обратить внимание на то, что оцениваться будет не только быстрота выполнения, но и качество.

За неправильно выполненное задание раздаются штрафные баллы.

У каждой команды должен быть свой мини - судья. После каждой станции – мини-судья сдает свой отчет судьям.

1. Встречная эстафета

Инвентарь: эстафетные палочки

Команды выстраиваются по 3 человека за лицевой линией площадки, напротив друг друга

Фиксируется время выполнения заданий, учитываются штрафные санкции.

2. Эстафета «Бег с тремя мячами»

Инвентарь: мячи баскетбольные, футбольные, волейбольные.

На линии старта первый берет удобным образом 3 мяча (футбольный, волейбольный и баскетбольный). По сигналу бежит с ними до поворотного флажка и складывает возле него мячи. Назад он возвращается пустой.

Следующий участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимет их, возвращается с ними назад к команде и, не добегая 1м, кладет их на пол.

Судьи строго следят, чтобы участники стартовали за линией и не роняли мячи на пол.

3. Эстафета «Теннисист»

Инвентарь: теннисная ракетка и теннисный шарик.

Команды выстраиваются на старте у одного участника в руках теннисная ракетка и теннисный шарик. По команде “на старт” участник кладет шарик на ракетку и придерживает его рукой. По команде “старт” перестает придерживать шарик и начинает движение, стараясь не уронить шарик. Добежав до противоположной стороны, отдает ракетку с шариком партнеру, продолжает движение в конец колонны. Получивший шарик и ракетку бежит на противоположный край площадки, так челноком осуществляется движение. Выигрывает команда, первая вернувшая ракетку и шарик первому участнику. Штрафы.

За каждое падение мяча штраф - 5 сек. За придерживание шарика рукой штраф - 10 сек.

4. Эстафета «Самый ловкий»

Инвентарь: волейбольные мячи, обручи, скакалки_

Первый участник, зажав между коленями мяч, прыжками перемещается до лежащего в 14 метров от линии старта обруча, кладёт в него мяч, берёт скакалку и прыгает на скакалке дальше, на противоположную сторону к команде и передаёт скакалку второму участнику. Второй участник, прыгая через скакалку, к лежащему обручу (в 14 м от линии старта), кладет в него скакалку, зажимает между коленями мяч, и возвращается. Все члены команды (друг за другом) выполняют тоже задание.

Побеждает команда, показавшая лучшее время.

1 место-5 баллов, 2 место-4 балла, 3 место -3 балла.

5.Эстафета «Чей прыжок дальше»

Инвентарь: рулетки и 2 кусочка мела.

Первый участник прыгает с места в длину. Место его приземления служит отметкой, от которой делает свой прыжок второй участник, место приземления второго участника служит стартовой отметкой для третьего участника и т.д.

Побеждает команда, показавшая лучший результат

1 место-5 баллов

2 место-4 балла

3 место-3 балла.

6.Эстафета «Дружба»

Инвентарь: воздушный шар

Удерживая лбами воздушный шар и взявшись за руки, два участника команды бегут до поворотной отметки и обратно. У линии старта передают эстафету следующей паре. Штрафные санкции за потерянный шарик.

7.Эстафета «Меткий стрелок»

Инвентарь: ведро, теннисные мячи

Напротив каждой команды находится ведро. По очереди каждый игрок делает один бросок теннисным мячом в ведро. При подсчете очков учитывается количество попаданий.

Кол-во попаданий – кол-во баллов.

8.Эстафета «Гонка мячей под ногами»

Инвентарь: баскетбольные мячи.

Первый игрок посылает мяч между расставленными ногами игроку назад. Последний игрок каждой команды наклоняется, ловит мяч и бежит с ним вдоль колонны вперед, встает в начале колонны и опять посылает мяч между расставленными ногами и т.д. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету.

9.Эстафета «Перетягивание каната»

Инвентарь: канат.

По первому сигналу "Подойти к канату!" игроки, разделившись в команде на пары, встают справа и слева от каната. По второму сигналу "Взять канат!" учащиеся наклоняются и поднимают канат. По свистку учителя команды стараются перетянуть канат в свою сторону. Когда одной из команд удастся отойти с канатом назад так, чтобы ленточка пересекла контрольную линию в 3 м от середины, даётся свисток и борьба прекращается. Канат снова кладут на место и повторяют игру.

Побеждает команда, которая смогла большее количество раз перетянуть канат на свою сторону.

Общее построение для подведения итогов и награждения команд.