**Виноградненский отдел МБУК ВР «МЦБ» им. М.В. Наумова**

«Быть здоровым – значит быть счастливым!»

(Игровая программа)

 Подготовила библиотекарь II категории Мелихова Л.И

2022 год

**Цель:** сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения.

**Задачи:**

1.     Способствовать развитию у детей способностей к действиям, которые имеют значение в повседневной практической деятельности.

2.     Активизировать действия игроков, вызывать появление решительности, мужества и упорства для достижения цели.

3.     Формировать коммуникативные навыки, приучать к деятельности в коллективе.

Действующие лица: ведущие, участники в возрасте 12-13 лет.

**Реквизит:**

1. Косынки – 2 шт.

2. Ватман

3. Фломастеры 2 шт.

4. Газеты и малярный скотч.

5. Чашки – 2шт., ложки – 2 шт., ведро с водой, спички.

6. Бутафорские термометры – 2 шт.

7. Стулья – 2 шт.

**Ход мероприятия:**

Ведущий:

Здравствуйте, ребята!

Чтобы громко пелись песни,

Жить, чтоб было интересней,

Нужно сильным быть, здоровым!

Эти истины не новы.

Только вы ответьте мне:

Путь к загадочной стране,

Где живет здоровье ваше,

Все ли знают?

Все: Да!

Ведущий:

Со здоровьем дружен спорт,

Стадион, бассейн и корт,

Зал, каток – везде вам рады.

За старания в награду – будут кубки и рекорды!

Станут мышцы ваши тверды.

Только помните: спортсмены

Каждый день свой непременно

Начинают с физзарядки,

Не играйте с дремой в прятки.

Вот здоровья в чем секрет!

Всем друзья физкульт…

Все: Привет!

Ведущий: А вы любите играть?

Все: Да!

Ведущий: А вы любите спорт?

Все: Да!

Ведущий: Это очень хорошо. Мы с вами сегодня соединим 2 в одном, мы будем играть и заниматься спортом. А с чего начинается спорт?

Зарядка:

**Утром делаем зарядку**
Начинаем по порядку:

**Мы ногами топ, топ**
Мы руками хлоп, хлоп
Мы глазами миг, миг
Мы плечами чик, чик
Раз сюда, два сюда
(повороты туловища вправо и влево)
Повернись вокруг себя
Раз присели, два привстали
Сели, встали, сели, встали
Словно ванькой-встанькой стали
А потом пустились вскачь
(бег по кругу)
Будто мой упругий мяч

А теперь на месте шаг

Выше ноги! Четче шаг!
Раз, два, раз, два
(упражнение на восстановление дыхания)
Вот и кончилась игра.

Ведущий: Ну что, проснулись? Готовы играть?

Построились по росту и рассчитались на 1 и 2. Все кому досталась цифра 1 – команда «Богатыри», все кому досталась цифра 2 – команда «Молния». Команды выберите капитанов. Команды готовы? Начинаем!

**1 конкурс творческий называется «Художник» -** каждый член команды рисует что-то одно. Прошу подойти капитанов за заданием**.**

**2 конкурс «Болото»** - перед вами болото. Вам надо перебраться на противоположную сторону. Прыгаем по кочкам, кто промазал – застрял в болоте. Он выбывает. Чья команда большим количеством и быстрее доберется до финиша, та победила.

**3 конкурс «Лягушки».** В болоте всегда водятся лягушки, которые умеют хорошо прыгать. А вы умеете прыгать? Вот мы сейчас и проверим. Каждый член команды делает 3 прыжка и останавливается. Следующий участник продолжает с того места, на котором остановился предыдущий. И так до того стула. Затем, добравшийся до цели игрок бежит на старт, собирая по пути всю команду. Кто первый закончит задание, тот и победил.

Что-то у вас цвет лица поменялся. Вы не заболели?

Вот сейчас мы вас и проверим!

**4конкурс «Короновирус».** Видите, на стуле лежат градусники. Каждый член команды бежит, меряет температуру. Кричит – 36 и 6.И возвращается. Кто справился быстрей, тот и победил.

Устали? Давайте немного отдохнем и проведем

**5 конкурс «Спортивные загадки»**

Не легко её добыть,
Надо храбрым в схватке быть.
Только тем она даётся,
До последнего кто бьётся… (Победа)

Очень трудно жарким летом
Пробежать его атлетам,
Много долгих километров
Пролететь быстрее ветра.
Путь нелёгок, назван он
Древним словом … (Марафон)

Он от всадника сбежал,
Чтоб попасть в спортивный зал?
Нет ни гривы, ни хвоста.
Где седло и где узда?
Не катает он ребят.
Как спортивный звать снаряд? (Конь)

Получил боксёр удар,
НА счёт «10» он не встал.
Какая же эта неудача
Называется иначе? (Нокаут)

У линии условной
Спортсмены все стоят.
Никто не шевельнётся
Пока не дали… (старт)

Я спешу на тренировку,
В кимоно сражаюсь ловко.
Чёрный пояс нужен мне,
Ведь люблю я … (Каратэ)

В этом спорте игроки
Все ловки и высоки.
Любят в мяч они играть
И в кольцо его кидать.
Мячик звонко бьёт об пол,
Значит, это … (баскетбол)

Здесь команда побеждает,
Если мячик не роняет.
Он летит с подачи метко
Не в ворота — через сетку.
И площадка, а не поле
У спортсменов в … (волейболе)

Под музыку на льду прыжки,
Поддержки и вращенья.
Полозья у коньков блестят,
Костюмы — загляденье. (Фигурное катание)

Этот конь не ест овса,
Вместо ног — два колеса.
Сядь верхом и мчись на нем,
Только лучше правь рулём… (Велосипед)

Кинешь в речку — не тонет,
Бьёшь о стенку — не стонет.
Будешь оземь кидать —
Станет кверху летать… (Мяч)

Гоняют клюшками по льду
Её у нас всех на виду.
Она в ворота залетит,
И кто–то точно победит. (Шайба)

На квадратиках доски
Короли свели полки.
Нет для боя у полков
Ни патронов, ни штыков. (Шахматы)

Стоит Улита
Из железа отлита.
Кто к ней подойдёт —
Всяк за ручку берет.
Но поднять красавицу
Не у всех получается. (Гиря)

**6 конкурс «Пугало».** Ребята, впереди лето. Скажите, вы на огороде что-то высаживаете? Нет, а маме помогаете? А что можно поставить на огороде, чтобы спасти урожай? Вот я и предлагаю поиграть в игру «Пугало». Суть игры: капитан выбирает одного члена команды, которой и будет изображать пугало. Его ставим на стул. Каждый член команды, добегая к пугалу, одевает на него что-то из своей одежды. И так все по очереди. Побеждает команда, которая оденет пугало быстрей и интересней.

Ух, какие чудные «Пугала» получились у ребят.

**7 конкурс «Я красавица».** В жизни всегда есть место как ужасному, так и красивому. О страшном мы сегодня говорить не будет. Сегодня мы все красивы, так давайте расскажем об этом всему миру. Видите – стоит стул, а на нем косынка? Каждый член команды подбегает к стулу, одевает косынку, очень громко кричит – «Я красавица!», снимает косынку и возвращается обратно. Кто быстрей справится тот и победил.

Жизнь не только наряды и красота, но и труд. Кто помогает маме дома с приборкой? Значит, пауков видели? И паутину тоже? Что ж, приступаем к

**8 конкурсу «Пауки».** Из каждой команды нужно выбрать по 4 человека. Она сцепливаются друг с другом руками, повернувшись спиной друг к другу. Перед вами дорожка – паутинка, а вы пауки. Переместитесь по паутинке, возьмите муху и вернитесь обратно. Кто справится со своим заданием, тот победил.

Ну, что ж, вот вы и справились со всеми делами. Осталось отдохнуть. Отправляемся на рыбалку.

**9 конкурс «Рыбалка».** Впереди ведро, а в нем рыба (плавают спички). Вы, по очереди, взяв чашку и ложку, бежите к ведру, вылавливаете по 1 рыбке, возвращаетесь, передаете чашку и ложку следующему члену вашей команды и т.д. Победит самая быстрая команда.

Теперь подведем итоги.

Награждение победителей.

Вот и подошла к концу наша игровая программа. И я хочу сказать вам всем:

Всем спасибо за вниманье
За задор и звонкий смех
За азарт соревнованья,
Обеспечивший успех.

