

**6+**

**Степновский отдел МБУК ВР «МЦБ»**

**им. М. В. Наумова**

**Познавательный час - викторина**

**«Здоровая нация – могучая страна»**

****

**Подготовила: библиотекарь**

**2 категории Степновского**

**отдела Дубова С.А.**

**х. Степной**

**07 апреля 2023**

**Сценарий**

**«Здоровая нация – могучая страна»**

**Д**ата проведения: 07 апреля 2023 года

Время проведения: 14.00.

Место проведения: Библиотека

**Цели:**

1.Формирование потребности у подростков в здоровом образе жизни.

2.Создание духовной, творческой атмосферы, способствующей развитию творческого потенциала ребёнка.

3. Пропаганда и привитие интереса к различным видам спорта.

**Задачи:**

1. Пропаганда ЗОЖ.

2. Формирование здорового отношения к природе.

3. Выработка потребности заботиться о своём здоровье.

4. Создание творческой атмосферы в коллективе взрослых и детей.

**Оснащение:**

* Мультимедийная установка; Музыкальная аппаратура;
* Тематические плакаты о спорте и здоровье;
* Спортивное оборудование для весёлых стартов: обручи, флажки, скакалки, мячи, кегли.

**Ведущий:** На спортивную площадку.  Пригласили мы всех вас!

                 Праздник спорта и здоровья. Начинаем мы для всех!

Здоровье – самое дорогое, что есть у человека. Бережное отношение к своему собственному здоровью нужно воспитывать с самого детства.

**Гимн спорту (на мотив песни «Солнечный круг»)**

1. Славный наш друг!  Верный наш друг!  
Спорт помогает нам в жизни  
С ним мы идем.  Не устаем   
Спорту мы славу поем.

**Припев:** Пусть нам спорта мгновенья,   
Дарят радость движения,   
И душе вдохновение  
Пусть всегда дарит спорт!

2. В школе родной, Дружной семьей.  
Вместе решаем проблемы,  
Дружно живем, Песни поем,  
О спорте своем дорогом!

**Припев:** Пусть нам спорта мгновенья,   
Дарят радость движения,   
И душе вдохновение  
Пусть всегда дарит спорт!

**Ведущий:** На площадку по порядку. Становись скорее в ряд!  
На зарядку, на зарядку. Приглашаем всех ребят!

**«Мартышки»,** выполняют движения по тексту:

Мы – весёлые мартышки,

Мы играем громко слишком.

Мы в ладоши хлопаем,

Мы ногами топаем,

Надуваем щёчки,

Скачем на носочках

И друг другу даже

Язычки покажем.

Дружно прыгнем к потолку,

Пальчик поднесём к виску.

Оттопырим ушки,

Хвостик на макушке.

Шире рот откроем,

Гримасы все состроим.

Как скажу я цифру «три», -

Все с гримасами замри.

**\*** Чтобы стать здоровым, ловким,  
Всем нужны нам тренировки.  
Зарядка эта нелегка:  
Пишусь всегда через два «к»  
И мяч, и шайбу клюшкой бей  
И называюсь я …(хоккей)

**\*** Не обижен, а надут  
Его по полю ведут,  
А ударят – пинанём  
Не угнаться за…(мячом)

**\*** В чистом поле у берёзки  
На снегу видны полоски.  
Подошла лиса поближе,   
Здесь бежали чьи –то …(лыжи)

**\*** Ясным утром вдоль дороги  
На траве блестит роса  
По дороге едут ноги  
И бегут два колеса  
У загадки есть ответ  
Это мой…(велосипед)

**\*** Прихожу я к силачу:  
«Расскажите вот о чём,  
Как вы стали силачом?»  
Улыбнётся он в ответ:  
«Очень просто, много лет  
Ежедневно встав с постели,  
Поднимаю я…(гантели)»

«**Веселые старты»**

**1. «Шахматы».** Перед командой на полу лежит шахматная доска и коробка с фигурами. Участник добегает берёт однуфигуру и ставит на доску. **Поставив фигуры один исправляет ошибки товарищей**

**2. «Планета земля».**Участники по верху передают большой мяч назад. Последний участник берет мяч и встает первым и начинает передавать мяч назад.

**3. «Скачки».** Первый участник берет мяч и скачет до конуса, затем бежит обратно и передает эстафету.

**4. «Собери картошку».**Участник с ведром бежит до обруча и собирает картошку в ведро, другой участник высыпает из ведра картошку и бежит, обратно.

**5. «Яичница».**Добежать до определённого места, неся на ракетке теннисный шарик, и вернуться обратно, передавая эстафету следующему участнику.

**6. «Сороконожки с мячом».** Участник бежит сороконожкой мяч держит на животе, оббегает ориентир и передаёт мяч следующему участнику

**7.**  **«Бег в мешках».** Участник команды прыгает в мешке до обруча, снимает мешок, пролезает через обруч, огибает фишку, возвращается к обручу, берет мешок и бегом возвращается к своей команде, передает его следующему участнику.

**8. «Ползи и скачи быстрее».** Участники по одному ползут по мату добежав до стены сделать 10 прыжков через скакалку и обратно бегом.

**9. «Переноска трёх мячей».**Участник переносит мячи любым способом, затем передаёт следующему, в случае падения мячей, собирает их и продолжает движение.

**Частушки.**

 1. Если денег не имеешь,                     2. Эх, топну ногой

 Со здоровьем вдруг беда,                      Да притопну другой,

 Вылечить тебя сумеют                           Облилась водой холодной –

 Смех, зарядка и вода!                             Снова стала молодой!

 3. Прыгать, бегать и играть                  4. Эх, топни нога,

 Физкультура учит.                                   Топни, правенькая,

 Может, кто-нибудь из нас                       Все равно спортсменкой буду,

 И медаль получит.                                    Хоть и маленькая.

 5. Пожелаем вам здоровья,

  Чтобы боли все ушли.

  Завершаем петь частушки,

   Просим хлопать от души.

**Ведущий:** Я желаю всем ребятам, быть здоровыми, спортивными, и тогда спорт поможет вам познать свои возможности, добиваться успехов!

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Наименование конкурса** | **команда** | **команда** | **баллы** |
| 1. | «Шахматы» |  |  |  |
| 2. | «Планета земля» |  |  |  |
| 3. | «Скачки» |  |  |  |
| 4. | «Собери картошку» |  |  |  |
| 5. | «Яичница» |  |  |  |
| 6. | «Сороконожки с мячом» |  |  |  |
| 7. | «Бег в мешках» |  |  |  |
| 8. | «Ползи и скачи быстрее» |  |  |  |
| 9. | «Переноска трёх мячей» |  |  |  |
|  | **Итого баллы:** |  |  |  |

**Весёлые старты. Таблица результатов.**

А сейчас интеллектуальный конкурс **«Разгадай загадку».**

Мы будем загадывать вам загадки, а вы называть отгадки. Не выкрикиваем, а поднимаем руку.

-Итак слушаем внимательно!

**— Загадка 1**  
Проложили две дорожки,  
Чтоб по снегу мчались ножки,  
Быстрые, новые  
Ножки те кленовые (лыжи)

**— Загадка 2.**  
Очень чудные ботинки  
Появились у Иринки ,  
Не годятся для ходьбы,  
В них по льду кататься бы (коньки)

**— Загадка 3**

На каток идут зимой  
Что же делать в летний зной?  
Пригодятся Коленьке  
С колесиками …(ролики)

**— Загадка 4**  
Две ракетки и волан,  
Пышный, точно сарафан.  
Высоко волан взлетает –  
Сильно Лена отбивает (бадминтон)

**— Загадка 5**  
Едет он на двух колёсах.  
Не буксует на откосах.  
И бензина в баке нет.  
Что это? (велосипед)

**- Загадка 6**  
Не пойму, ребята, кто вы?  
Птицеловы, рыболовы?  
Что за невод во дворе?  
— Не мешал бы ты игре,  
Ты бы лучше отошёл  
Мы играем … ( в волейбол).

**- Загадка 7**  
Просыпаюсь утром рано  
Вместе с солнышком румяным,  
Заправляю сам кроватку,  
Быстро делаю … (зарядку)

**Очередная разминка для ума.**

1) Кинешь в речку, не тонет, бьёшь о стенку, не стонет,  
    Будешь оземь кидать, станет кверху летать. (*Мяч*)

2) По пустому животу бьют меня – невмоготу,  
    Метко сыплют игроки, мне ногами тумаки. (*Футбольный мяч*)

3) Когда весна берёт своё, и ручейки бегут звеня,  
    Я прыгаю через неё, ну а она через меня. (*Скакалка*)

4) Когда с тобою этот друг, ты можешь без дорог,  
    Шагать на север и на юг, на запад и восток. (*Компас*)

5) Бегу при помощи двух ног, пока сидит на мне ездок.  
    Мои рога в его руках, а быстрота в его ногах.  
    Устойчив лишь я на бегу, стоять секунды не могу. (*Велосипед*)

6) Сижу верхом не на коне, а у туриста на спине. (*Рюкзак*)

**Список используемой литературы:**

1. Библиотека методических материалов для учителя https://www.metod-kopilka.ru/scenariy\_prazdnika\_posvyaschennogo\_dnyu\_zdorovya-30883.htm 28.03.18

2. Инфоурок. Образовательный портал https://infourok.ru/scenariy-prazdnika-vsemirniy-den-zdorovya-1032229.html 28.03.18

3. Методическая копилка учителя https://www.metod-kopilka.ru/beseda-ya-vibirayu-zdoroviy-obraz-zhizni-64461.html 14.04.18

4. Сайт для учителей https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/meropriyatia/stsienarii-vnieklassnogho-mieropriiatiia-dien-zdorov-ia 28.03.18

5. Сценарий. Сценарии для праздников http://scenariilandia.ru/interesnye/scenarij-prazdnika-den-zdorovya-v-biblioteke/ 28.03.18