

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Лицей № 4»

Юридический адрес: Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Б. Хмельницкого, д. 57

Фактический адрес: Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Б. Хмельницкого, д. 57

Телефон: **(8342) 39-22-00** (приемная)

Электронная почта: licei.sar.4@e-mordovia.ru

Официальный сайт: https://liczej4saransk-r13.gosweb.gosuslugi.ru/

**Название:** «Лесная сказка»

**Вид лагеря:**оздоровительный лагерь дневного пребывания

**Место проведения**: МОУ «Лицей №4» г. Саранска

**Сроки проведения: 1 июня 2023 г. – 24 июня 2023 г.**

Срок реализации: смена лагеря – 21 день.

Рассчитана на детей 7 – 11 лет.

Летние каникулы составляют значительную часть свободного времени детей. Этот период как нельзя более благоприятен для развития их творческого потенциала, совершенствования личностных возможностей, приобщения к ценностям культуры, вхождения в систему социальных связей, воплощения собственных планов, удовлетворения индивидуальных интересов в личностно значимых сферах деятельности.

Лето – время игр, развлечений, свободы в выборе занятий, снятия накопившегося за год напряжения, восполнения израсходованных сил, восстановления здоровья. Это период свободного общения детей.
Организация школьных оздоровительных лагерей одна из интереснейших и важнейших форм работы со школьниками в летний период. Лагерь выполняет очень важную миссию оздоровления и воспитания детей.

Данная программа предусматривает организацию летнего отдыха детей младшего школьного возраста в условиях школьного лагеря с дневным пребыванием и носит название «Азбука здоровья и безопасности».
Реализация программы возможна с помощью обеспечения квалифицированными педагогическими кадрами, инструкторами физической культуры, организации качественного питания и медицинской помощи.
Программа включает разделы:

Создание системы физического оздоровления детей для осмысленного отношения каждого к своему здоровью и приобщение их к природоохранной деятельности

- привлечь каждого ребёнка к осознанному выбору здорового образа жизни;
- создать условия для выявления интеллектуально, физически, нравственно одарённых детей путём привлечения их к участию в культурно-массовой и спортивной работе;
- расширить через игровой сюжет двигательную активность ребёнка с учётом их индивидуальных и возрастных особенностей;
- воспитывать гражданские и нравственные качества, развивать творческое мышление необходимое для практической деятельности, познания, ориентации в окружающем мире.

**3. Содержание деятельности.**

Реализация программы проходит с помощью коммуникативных, творческих, развивающих и подвижных  игр; организации коллективных творческих дел, выполнению заданий по рефлексии лагерных дел, физических коррекционных упражнений и по закаливанию организма.

***Основными направлениями деятельности в лагере являются***:

* Спортивно – оздоровительное.

В это направление входят мероприятия общелагерного характера, пропагандирующий здоровый образ жизни. Разрабатываются и проводятся различные встречи, экскурсии, соревнования, конкурсные программы по физической культуре, ОБЖ, противопожарной безопасности, правилам дорожного движения, по оказанию первой медицинской помощи. С помощью спорта и физкультуры в лагере решаются задачи физического воспитания: укрепление здоровья, физическое развитие детей. Творчески подходя к делу, можно разнообразить, сделать увлекательной  самую обыкновенную утреннюю гимнастику.

* Экологическое.
* Патриотическое.
* Художественно – эстетическое.
* Нравственное.
* Трудовое.

***Виды деятельности.***

* Праздники.
* Конкурсы.
* Викторины.
* Спортивные соревнования и мероприятия.
* Всевозможные игры.
* Рисование.
* Беседы.
* Прогулки и т. д.

Учитывая возрастные особенности младшего школьного возраста, воспитание творчески активной личности будет проходить через сюжетно – ролевую игру, как ведущий тип деятельности.

Игра предполагает:

- большую двигательную активность;

- разнообразие видов деятельности;

- признание и позитивную оценку в среде сверстников и взрослых;

- релаксационные занятия.

Для реализации программы разработан механизм, который представлен в виде модулей:

***1. Организационный модуль***

* планирование;
* подготовка к лагерной смене;
* оформление лагеря;
* подготовка материальной базы;
* определение обязанностей;
* подготовка к сдаче приемной комиссии;
* организация питания в школьном оздоровительном лагере.

***2. Оздоровительный модуль.***

* утренняя зарядка;
* встречи с медицинским работником;
* влажная уборка, проветривание;
* беседы о вредных привычках;
* организация питания воспитанников;
* спортивные праздники;
* подвижные игры;

***3.  Творческий модуль***

* коллективно-творческая деятельность;
* участие в городских мероприятиях;
* участие в общелагерных мероприятиях;
* конкурсы;
* викторины.

***4.  Нравственно-экологический модуль***

* беседы о нравственности;
* экологический КВН;
* викторины, конкурсы;
* мероприятия.

**Для успешной реализации программы необходимо следующее обеспечение:**

- цифровой фотоаппарат;

- музыкальное оборудование;

- компакт-диски и аудиокассеты;

- спортивно-игровой инвентарь;

- канцелярские товары;

- призовой фонд; сувенирная продукция; грамоты, дипломы;

- методическая литература (игры, конкурсы, сценарии, викторины, праздники и т.д.).

**Ожидаемые результаты.**

* Укрепление здоровья детей.
* Организация полноценного летнего отдыха для детей, в том числе детей из неблагополучных, малообеспеченных семей с целью их социализации.
* Оздоровление детей. Приобщение детей к здоровому образу жизни через спортивные и оздоровительные мероприятия.
* Развитие коммуникативных навыков, практических умений детей.
* Формирование адекватной самооценки личности.
* Приобретение навыков совместной деятельности.
* Рост экологической культуры детей; формирование ответственного отношения к природе.
* Снижение темпа роста негативных социальных явлений среди детей.
* Укрепление дружбы и сотрудничества между детьми разных возрастов.
* Выявление наиболее одарённых  и талантливых детей через участие в различных мастерских.
1. Афанасьев С.П. Коморин С.В. Что делать с детьми в загородном лагере, М. 1998
2. Директор школы журнал 2004год
3. Загородный летний лагерь. /Сост. С.И. Лобачёва, В.А. Великородная – М.: ВАКО, 2006
4. Титов С.В. Здравствуй, лето! Волгоград , Учитель, 2001
5. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М., 1993.
6. Материалы школьной библиотеки.

**Положение о школьном оздоровительном лагере**

**1. Общие положения**

* 1. Детский оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей (далее лагерь) является учреждением дополнительного образования для детей в возрасте от 7 до 11 лет.
	2. Лагерь организуется с целью обеспечения полноценного отдыха и оздоровления детей, создания благоприятных условий для их всестороннего, духовного и физического развития.
	3. Лагерь организуется в период школьных летних каникул органами управления образованием, учреждениями культуры и здравоохранения при условии муниципального задания учредителя.

**2.** **Организация и основы деятельности**

* 1. Лагерь организуется в соответствии с приказом директора МОУ «Лицей №4» г. Саранска. Продолжительность смены составляет 21 день. Количество отдыхающих детей составляет 50 человек.

В состав педагогических работников входят 10 человек: начальник лагеря, инструктор по физической культуре, педагог – организатор, музыкальный руководитель. К работе лагеря привлекается обслуживающий и вспомогательный персонал.

* 1. Основным документом, регламентирующим работу лагеря в плане его размещения, санитарно-гигиенических условий, организации режима дня, питания и медицинского обслуживания детей является СанПиН 2.4.4.2599-10 «Гигиенические требования к устройству, содержанию и организации режима в оздоровительных учреждениях с дневным пребыванием детей в период каникул».
	2. Готовность лагеря оформляется актом приёмки учреждения с дневным пребыванием» не позднее, чем за 3 дня до начала работы лагеря.
	3. Лагерь может приступить к работе только после получения санитарно-эпидемиологического заключения о соответствии санитарным правилам, которое выдаётся перед началом каждой смены.

2.5. Организационная форма лагеря - пришкольный оздоровительный лагерь.

2.6. Содержание форм и методов работы основывается на принципах демократии и гуманности,

единства воспитательной и оздоровительной работы развития национальных и культурно-

исторических традиций, инициативы творчества, учётов интересов возрастных особенностей детей.

2.7. Лагерь комплектуется обучающимися и воспитанниками МОУ «Лицей №4» г. Саранска.

2.8. Помещение, инвентарь, спортсооружения и другие бытовые объекты предоставляются МОУ«Лицей№4»г.Саранска во временное пользование.

1. **Кадры, условия труда сотрудников.**
	1. Кадровый состав лагеря определяется начальником лагеря, по согласованию с администрацией МОУ «Лицей №4» г. Саранска, органами образования, здравоохранения, общественного питания, другими заинтересованными ведомствами.
	2. Начальником лагеря осуществляется общее руководство деятельностью лагеря, создаются необходимые условия для проведения воспитательной и общественной работы, проводится инструктаж персонала по технике безопасности и противопожарной безопасности, а также профилактике травматизма и предупреждению несчастных случаев.
	3. В сферу персональной ответственности начальника лагеря входит:

- жизнь, здоровье, и безопасность детей, находящихся в лагере;

-педагогическая, культурная, спортивная и досуговая работа, проводимая в лагере;

-реализация требований и предписаний СанПиН;

-организация бытовой и хозяйственной деятельности лагеря;

-своевременное и качественное питание и медицинское обслуживание детей;

-сохранность имущества, находящегося во временном пользовании лагеря;

-целевое использование финансовых средств, выделяемых на содержание лагеря.

3.4. Каждый работник знакомится с условиями труда, правилами внутреннего трудового распорядка,

своими должностными обязанностями и мерой ответственности.

* 1. Сотрудники лагеря проходят специальный семинар, инструктаж по охране жизни и здоровья детей, проходят медицинский осмотр по установленной форме.
	2. Для работников лагеря устанавливается пятидневная рабочая неделя с двумя выходными днями.
	3. Работники лагеря должны строго соблюдать дисциплину, выполнять правила внутреннего трудового распорядка, режим дня, план воспитательной работы.

**4.** **Охрана жизни и здоровья детей в лагере.**

4.1. Ответственность за жизнь и здоровье детей возлагается:

- в период нахождения их в лагере – на начальника лагеря;

- в пути следования к месту проведения мероприятий и обратно – на воспитателей.

4.2. В лагере необходимо наличие:

- медпункта, укомплектованного необходимым набором медицинских препаратов, средствами экстренной помощи и медицинским персоналом;

- телефона;

- первичных средств пожаротушения (огнетушителей), прошедших проверку на пригодность и находящихся в доступном для персонала лагеря месте.

4.3. В лагере доводятся до сведения персонала планы эвакуации детей на случай пожара и стихийных

бедствий.

4.4. Повседневный контроль за соблюдением в лагере санитарных правили норм осуществляет

медицинский работник. Обо всех обнаруженных нарушениях немедленно сообщается начальнику

лагеря.

* 1. Не допускается уход детей с территории лагеря в неустановленное время, без сопровождения взрослых и без ведома педагогического состава.
	2. Перевозку детей во время экскурсий, посещение музеев и других мероприятий производить на специально предназначенном для этих целей технически исправном транспорте с водителями, имеющими соответствующую подготовку.

**5. Финансирование, бухгалтерский учёт и отчётность.**

5.1. Финансирование лагеря производится за счёт средств субсидий МО .

1. 8-45 - 9-00 - СБОР ДЕТЕЙ
2. 9-00 - 9-15 - ЗАРЯДКА
3. 9-15 - 9-30 - ЛИНЕЙКА
4. 9-30 - 10-00 – ЗАВТРАК
5. 10-00 – 11-30 – ОТРЯДНЫЕ ДЕЛА
6. 11-30 - 12-30 - ЛАГЕРНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ
7. 12-30 - 13-00 – СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ
8. 13-00 - 13-30 - ОБЕД
9. 13-30 - 14-45 – ИГРЫ НА ВОЗДУХЕ, БЕСЕДЫ, ЗАНЯТИЯ ПО ИНТЕРЕСАМ
10. 14-45 - 15-00 – ЛИНЕЙКА, ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ДНЯ
11. 15-00 – УХОД ДЕТЕЙ ДОМОЙ

**Инструктажи.**

* Вводный инструктаж (начальник лагеря).
* Инструктаж по ПДД (воспитатели)
* Инструктаж по ТБ во время спортивных мероприятий (ответственный за спортивную работу).
* Инструктаж по ТБ при организации игр на территории (воспитатели).
* Текущие инструктажи (воспитатели).

**Методы диагностики:**

1. Анкета на «входе» (стартовая)
2. Анкета на «выходе»
3. Антропометрические исследования детей

Дата Мероприятия

05.06 1. Операция «Уют».

2. Открытие лагеря.

3. Посещение детской библиотеки им. А.С. Пушкина с программой «Ключ от лета. Приключения начинаются!»

06.06. 1.Минутка здоровья «Что значит быть здоровым».

2.Посещение кинотеатра «Крошка».

3.Подвижные игры на воздухе.

07.06 1. Минутка здоровья «Будем внимательными». (ПДД)

2. Посещение Драмтеатра.

3.Конкурс рисунков на асфальте «Разноцветное лето».

08.06 1. Минутка здоровья «Солнечный ожог. Первая помощь при ожоге».

2. «Лига чудес» программа «Шелковый путь». (фокусы)

3.Настольные игры.

09.06 1. Минутка здоровья «Гигиена тела».

2.Посещение детской библиотеки им. А.С. Пушкина с программой «Книжный переполох».

3.Экологическая викторина.

10.06 1. Минутка здоровья «Закаливание».

 2. Посещение детской библиотеки им. А.С. Пушкина с программой «Путешествие в сказочную страну» (квест)

 3. Игры на свежем воздухе.

12.06 1. Минутка здоровья «Правильное питание».

2.Конкурс чтецов «Люблю тебя, моя Россия!».

3. Игры на свежем воздухе.

13.06 1.Минутка здоровья «Зеленая аптечка».

2. Посещение кинотеатра «Крошка» (просмотр кино)

3.Презентация проекта «День цифры».

14.06 1. Минутка здоровья «Береги глаза».

2. «День туризма» (квест)

3. Профилактические мероприятия, посвященные Международному дню борьбы с наркоманией Международный день друзей – интеллектуальная игра.

15.06 1. Минутка здоровья «Твой режим дня на каникулах».

2.Представление команды «Лига чудес» программа «Планетарий»

3. Профилактические мероприятия, посвященные Международному дню борьбы с наркоманией Конкурс рисунков «Красота жизни, детства, дружбы!»

16.06 1. Минутка здоровья «Путешествие в страну Витаминию».

2. «Веселые старты».

3. Беседа «Что такое хорошо и что такое плохо» (профилактика правонарушений)

17.06 1. Наша безопасность «Огонь-друг или враг?».

2. Экскурсия в пожарно-спасательную часть №5 (г. Саранск, ул, Терешковой, д.71)

3.Наша безопасность «Один дома…»

19.06 1. Минутка здоровья «Осанка-Основа красивой походки»

2. Посещение Мордовской государственной филармонии «Эстрадный концерт»

3. Игры на свежем воздухе (футбол).

20.06 1. Минутка здоровья «Как ухаживать за кожей лица, рук».

2. День памяти и скорби, церемония памяти и почтения (сквер у здания МВД)

3. Подвижные игры на воздухе.

21.06 1. Минутка здоровья «Друзья Мойдодыра и наше здоровье».

2.Посещение Национального театра.

3.Настольные игры.

22.06 1. Минутка здоровья «Гигиена в доме».

2. Посещение Драмтеатра.

3. Конкурс рисунков «Сделай планету чище».

23.06 1. Минутка здоровья «Как ухаживать за зубами».

2. Посещение Республиканского центра дополнительного образования (мастер-класс)

3. Игры на свежем воздухе (футбол)

24.06 1. Минутка здоровья «Компьютер и мы».

2. Спектакль Театра кукол «Вишенка».

3.Викторина «Азбука здоровья».

26.06 1. Минутка здоровья «Солнечный удар и как его избежать».

2. Посещение кинотеатра «Крошка».

3. «Веселая спартакиада».

27.06 1 Минутка здоровья «Смех здоровье бережет!».

2. Посещение Национального театра

3. Конкурс «Давайте говорить друг другу комплименты»

28.06 1. Конкурсная программа «Как же нам не веселиться…»

2. Посещение Лазертага-клуба «13 район».

3. Закрытие лагеря.

**Минутки здоровья**

1. «Правила поведения на воде»
2. «Будем внимательными» (ПДД)
3. «Зачем нужна панамка?»
4. «Чистота – залог здоровья»
5. «Вредные привычки»
6. «Путешествие в страну Витаминию»
7. «Осанка – основа красивой походки»
8. «Солнечный ожог. Первая помощь при ожоге»
9. «Личная гигиена»
10. «Огонь – друг или враг?»
11. «Зелёная аптечка»
12. «Солнечный ожог. Первая помощь при ожоге»
13. «Первая помощь при ссадинах и порезах»
14. «Лесные опасности»
15. «Что такое закаливание?»
16. «Солнечный удар и как его избежать»
17. «Компьютер и мы»
18. «Режим дня»
19. «Гигиена в доме»
20. «Смех здоровье бережёт!»
21. Викторина «Азбука здоровья»

**Минутки безопасности**

1. Инструктаж по ПДД.
2. Правила поведения на воде»
3. Будем внимательными» (ПДД)
4. «Один дома...»
5. «Будем внимательными» (ППБ)
6. «Детские шалости и их последствия»
7. «Что такое хорошо и что такое плохо» (профилактика правонарушений)
8. «Один на улице...»
9. «Чему учит улица» (ПДД)
10. «Как занять свой досуг» (профилактика правонарушений)
11. «Осторожно, водоём!» (правила поведения на воде)
12. Викторина по ПДД «Светофор»

**Анкета**(на входе)

Мы снова вместе! Для того чтобы сделать жизнь в нашем лагере более интересной, мы просим тебя ответить на некоторые вопросы:

* Твои первые впечатления от лагеря?
* Что ты ждешь от лагеря?
* Есть ли у тебя идеи, как сделать жизнь в нашем лагере интересной и радостной для всех?
* В каких делах ты хочешь участвовать?
* Что тебе нравиться делать?
* Хочешь ли ты чему-нибудь научиться или научить других?
* Кто твои друзья в лагере?

– Пожалуйста, закончи предложения (фразы):

Я пришел в лагерь, потому, что………………………………………………………….

Я не хочу, чтобы…………………………………………………………………….

Я хочу, чтобы………………………………………………………………………..

Я боюсь, что…………………………………………………………………………….

Пожалуйста, напиши также:

Имя…………………….. Фамилия………………………………

**Игра в слова**

Ребята получают карточку с заданием, которое звучит так: «Дорогой друг! Расставь нужные слова в предложении так, чтобы у тебя получился портрет твоего отряда»

Наш отряд – это \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ люди. Они собрались для того, чтобы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ провести время и научиться \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_. Поэтому вместе мы чаще всего занимаемся тем, что \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

Наш отряд объединяет \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_мальчишек и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ девчонок.

Наши воспитатели помогают нам в \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и нам вместе с ними \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**Анкета(**в конце смены)

* Что ты ожидал (а) от лагеря?
* Что тебе понравилось в лагере?
* Что тебе не понравилось?
* С кем из ребят ты подружился?
* Какие из мероприятий лагеря понравились тебе больше всего? Почему?
* Какие мероприятия ты будешь рад увидеть в лагере в следующую смену?
* Было ли скучно в лагере?
* Было ли тебе страшно?
* Жалеешь ли ты о чем-то, что произошло за время пребывания в лагере? О чем?
* Что из того, что ты получи (а) в лагере, ты можешь использовать в своей повседневной жизни уже сейчас?
* Что бы ты хотел(а) пожелать себе?
* Что бы ты хотел(а) пожелать другим ребятам?
* Что бы ты хотел(а) пожелать педагогам?.
* Самое важное событие в лагере? Было или оно?
* Можно ли сказать, что ты чему-то научился в лагере?

– Закончи предложения: Я рад, что ……………………………..

Мне жаль, что……………………………………………………...

Я надеюсь, что……………………………………………………..

Твое имя, фамилия и автограф на память \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Итоговое анкетирование**

Фамилия, имя.

1. Самое яркое впечатление за эти дни у меня …
2. Из дел, проведённых в отряде, мне больше всего понравилось …
3. Из дел, проведённых в лагере, мне больше всего понравилось …
4. Несколько слов о нашем отряде …
5. Мои впечатления о лагере.
6. Если бы я был вожатым, то бы я …
7. Хочу пожелать нашему лагерю «Солнечному» …
8. Хотел бы ты ещё раз отдохнуть в нашем лагере?



**«Весёлые старты» (финальная игра)**

**Цели:** - закрепить спортивные знания, умения и навыки;

- развивать ловкость, быстроту реакции;

- воспитывать чувство коллективизма, уважение друг к другу, правильное отношение к здоровому образу жизни.

**Оформление:** плакаты «Весёлые старты», «Смелые», «Ловкие», «Сильные», воздушные шары, эмблемы команд.

**Музыкальное сопровождение:** М.Блантер «Спортивные позывные», весёлая ритмичная музыка из детских фильмов и мультфильмов.

**Оборудование:** мячи, кегли, обручи, воздушные шары, теннисные мячи, ленты для связывания, валенки, калоши, клюшки, спортивная форма у обучающихся.

**Форма проведения:** спортивная эстафета.

**Ход соревнования**

*Под звуки спортивного марша и аплодисменты зрителей команды входят в спортивный зал и выстраиваются на отведённые места.*

**Ведущий:**

- Добрый день, дорогие друзья! Позвольте открыть наш спортивно-оздоровительный праздник «Весёлые старты».

**Ведущий:**

- Эй, детвора, пожалуйте сюда,

Веселья вам да радости.

Давно мы вас ждём-поджидаем,

Праздник без вас не начинаем.

Помериться силой,

Побегать, попрыгать

Зовём на площадку друзей.

Весёлые старты вас ждут

На площадке,

Спешите сюда поскорей.

**Ведущий:**

- Теперь я хочу спросить у вас,

А вы отвечайте вместе, дружно.

Таких, что с физкультурой

Не дружат никогда,

Не прыгают, не бегают,

А только спят всегда,

Не любят лыжи и коньки

И на футбол их не зови.

Раскройте нам секрет –

Таких здесь с нами нет? *(Дети хором отвечают: «Нет»)*

Кто с работой дружен –

Нам сегодня нужен? *(«Нужен»)*

Кто с учёбой дружен –

Нам сегодня нужен? *(«Нужен»)*

Кто со спортом дружен –

Нам сегодня нужен? *(«Нужен»)*

Таким ребятам хвала и честь.

Такие ребята средь нас есть? *(«Есть»)*

**Ведущий:**

- В нашем празднике принимает участие две команды. У каждой команды есть своё название и девиз.

**Приветствие команд.**

Командир I команды –

- Наша команда «Спортивные друзья» *(все члены команды хором)*

Наш девиз: *(хором)*

Лена, Аня, ты и я,

Мы – спортивные друзья!

С физкультурой, спортом дружим –

Лекарь нам совсем не нужен!

Командир II команды –

- Наша команда «Здоровые ребята» *(все члены команды хором)*

Наш девиз: *(хором)*

Мы желаем вам, ребята,

Быть здоровыми всегда!

Но добиться результата

Невозможно без труда.

**Ведущий:**

- Вот наши команды перед вами. Теперь нам нужно выбрать жюри. Судить состязания будут самые достойные и справедливые. Это:

1.

2.

3.

4.

5.

Жюри будет оценивать состязания по 5-балльной системе.

**Ведущий:**

Пусть жюри весь ход сраженья

Без промашки проследит,

Кто окажется дружнее,

Тот в бою и победит!

**Ведущий:**

- Мы познакомились с жюри, познакомились с командами. Пожелаем командам успехов!

**1 конкурс «На одной ноге»**

- Когда ребята пришли в школу, они мало что знали и умели. Скажем так, были «одной ногой в калоше». Вот придётся показать, как вы прыгали на одной ноге туда и обратно.

*(прохождение детьми дистанции)*

- По свистку добегаете до ориентира на одной ноге, меняете ногу – на другой ноге добегаете до команды, передаёте эстафету. Команда, которая первая окончила эстафету, поднимает руки.

- Эстафета окончена. Вы набрались опыта и совсем вы не в калоше, всё сделали правильно.

**2 конкурс «Бег на трёх ногах»**

*(оборудование – ленточки)*

- Проходило время, ребята сдружились и стали связаны друг с другом чуть ли не в прямом смысле слова.

*(прохождение детьми дистанции)*

- Вы должны со связанными ногами, обнимая друг друга за пояс одной рукой, по свистку добежать до ориентира и вернуться обратно, передав эстафету следующей паре.

- Молодцы, ребята! Вы хорошо научились работать в связке с товарищами.

**3 конкурс «Без рук»**

*(оборудование – мячи)*

**Ведущий:**

- Друзья всегда подставят друг другу своё крепкое плечо в трудную минуту! А чтобы помочь пронести мяч «без рук», тем более.

*(прохождение детьми дистанции)*

- Ребята, вы встаёте парами, лицом друг к другу. Между игроками первой пары находится мяч. По свистку первая пара доносит мяч до ориентира и возвращается обратно. Затем передаёт мяч следующей паре. Главное – удержать мяч.

- Эстафета завершилась.

**Конкурс для болельщиков**

**«Конкурс загадок»**

**Ведущий:**

- Для того, чтобы команды отдохнули, сейчас мы проведём конкурс для болельщиков, которые должны все вместе отгадать загадки.

*(Команды садятся на скамейки)*

**1.** Вот такой забавный случай!

Поселилась в ванной туча:

Дождик льётся с потолка

Мне на спину и бока.

Дождик тёплый, подогретый,

На полу не видно луж...

Все ребята любят ... *(душ)*

**2.** Хвостик из кости,

На спинке щетинка *(зубная щётка)*

**3.** Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я.

Белой пеной пениться,

Руки мыть не ленится *(мыло)*

**4.** Просыпаюсь рано утром

Вместе с солнышком румяным,

Заправляю сам кроватку,

Быстро делаю ... *(зарядку)*

**5.** Проложили две дорожки,

Чтоб по снегу мчались ножки,

Быстрые, новые,

Ножки те кленовые *(лыжи)*

**6.** Очень чудные ботинки

Появились у Иринки.

Не годятся для ходьбы,

В них по льду кататься бы *(коньки)*

**7.** На каток идут зимой.

Что же делать в летний зной?

Пригодятся Коленьке

С колёсиками ... *(ролики)*

**8.** Две ракетки и волан,

Пышный, точно сарафан.

Высоко волан взлетает –

Сильно Лена отбивает *(бадминтон)*

**Ведущий:**

- Молодцы, ребята! Какие у нас дружные и сообразительные болельщики. А мы продолжаем наши «Весёлые старты».

- Команды, займите свои места.

**4 конкурс «Тяни – толкай»**

**Ведущий:**

- Иногда, правда, бывали моменты, когда вы обижались друг на друга, вставали друг к другу спиной. Но дружбу не разорвёшь, как «замок» из ваших рук.

*(прохождение детьми дистанции)*

- Игроки встают по парам спиной друг к другу, сцепив руки замком. Затем вы бежите до ориентира и обратно. Затем передаёте эстафету следующей паре.

- Команды, внимание! На старт! Начали!

- Ребята, вы все хорошо прошли эстафету.

**5 конкурс «Конкурс капитанов»**

*(оборудование – валенки, воздушные шарики на длинной нитке (по 3)*

**Ведущий:**

- В наших коллективах выделились лидеры, которые ведут за собой весь класс. Это наши капитаны:

Капитан команды «Спортивные друзья» - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Капитан команды «Здоровые ребята» - \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

*(выходят капитаны)*

**Ведущий:**

- Капитаны надевают валенок на правую ногу, а к левой ноге привязывают воздушные шарики. Валенком нужно уничтожить все шарики у противника. Побеждает тот, кто первый уничтожит шарики противника.

- Капитаны, вы показали сейчас свою ловкость и сноровку.

**6 конкурс «Кенгуру»**

*(оборудование – мячи (2)*

**Ведущий:**

- Ребята, зажав между ногами (выше колен) мяч, вам надо двигаться прыжками вперёд до ориентира и обратно. Вернувшись, передать эстафету следующему игроку. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, вернуться на место, где мяч выпал, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету.

*(прохождение детьми дистанции)*

- Команды, внимание! На старт! Начали!

- Конкурс завершился. Ребята, молодцы! Все показали свою выносливость.

**7 конкурс «Кто быстрее»**

*(оборудование – обручи, 3 больших теннисных мяча, 2 ложки, 2 корзины.*

*Обручи лежат на полу, а в них – 3 мячика и ложка)*

**Ведущий:**

- Каждый игрок добегает до обруча, берёт ложку, и ею собирает мячи, не помогая рукой, затем кладёт их в корзину.

*(прохождение детьми дистанции)*

- Эстафета завершилась. Вы показали свою быстроту и ловкость.

**Ведущий:**

- Команды садятся на скамейки. А мы проведём ещё один конкурс для болельщиков.

**Конкурс для болельщиков**

**«Доскажи пословицу»**

- Здоровье нам всем необходимо. Недаром народ придумал об этом много пословиц, поговорок. А знаете ли вы их?

**1.** В здоровом теле – здоровый ... *(дух)*

**2.** Курить – здоровью ... *(вредить)*

**3.** Быстрого и ловкого болезнь не ... *(догонит)*

**4.** До свадьбы ... *(заживёт)*

**5.** Здоровья не ... *(купишь)*

- Молодцы, болельщики! Справились с заданием!

**Ведущий:**

- А мы продолжаем наш спортивный праздник. Команды, займите свои места.

**8 конкурс «Лыжный марафон»**

*(оборудование – калоши)*

**Ведущий:**

- Скоро наступит зима. Чтобы быть готовыми к ней, мы сейчас проведём небольшую тренировку.

*(прохождение детьми дистанции)*

- Начинает капитан. Он первый прокладывает лыжню и передаёт эстафету следующему участнику.

- Эстафета завершена. Команды показали свою готовность к зиме.

**9 конкурс «Передай быстрее мяч»**

*(оборудование – мячи (2))*

**Ведущий:**

- Команды становятся друг за другом, ноги на ширине плеч. По команде «Внимание!» все поднимают руки вверх, а по команде «Марш!» мяч вверху переходит из рук в руки. Последний игрок катит мяч между ногами, а первый участник перебегает на место последнего игрока.

*(прохождение детьми дистанции)*

Игра продолжается до тех пор, пока капитан не встанет на место первого игрока, т.е. на своё прежнее место.

**10 конкурс «Скачки в мешке»**

*(оборудование – обручи (8), мешки (2)*

В зале расставлены обручи один за другим. Первый игрок «одет» в мешок. По команде «Марш!» он скачет в один обруч, затем перескакивает в другой и так до конца. Проскакав все обручи, он снимает мешок и бежит к команде, передав мешок следующему игроку и становится на место последнего игрока. Второй игрок, надев мешок, начинает эстафету и т.д.

*(прохождение детьми дистанции)*

Выигрывает та команда, капитан которой окажется на своём месте первым.

**11 конкурс «Волшебные слова»**

*(оборудование – буквы из картона)*

**Ведущий:**

- Команды должны из отдельных букв собрать фразу.

- Конкурс завершился. Команды построились.

- Ребята, давайте все вместе дружно прочитаем, что у нас получилось.

*(Дети читают фразу****«Спорт – ты радость!»****)*

**Ведущий:**

- Ребята, наступило время подведения итогов. Сейчас жюри подведёт итоги и объявит победителей.

- А командам и болельщикам мы предлагаем посмотреть гимнастический номер.

Исполняет его

- А теперь слово предоставляется жюри.

*(Жюри объявляет результаты и называет победителей)*

**Ведущий:**

- Не болеем и не смотрим хмуро,

А весельем светятся глаза.

Помогает в этом физкультура –

С ней и спортом мы навек друзья.

**Ведущий:**

- Вот и подошёл к концу наш спортивный праздник. И пусть мир движений подарит вам бодрость, здоровье, счастье повседневного общения с физической культурой.



**КВН "ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ!"**

В мероприятии участвуют команды от отрядов по 5 - 6 человек. Зал оформляется рисунками, плакатами и газетами о здоровом образе жизни.

Жюри – старшеклассники и учителя. Звучит музыка "Мы начинаем КВН...".

Ведущий приглашает команды занять места, представляет жюри, объ­являет, что сегодня речь пойдет о здоровом образе жизни.

**1. Конкурс «Приветствие»**

Жюри оценивает сплочённость команды (дружный командный ответ). Максимум – 2 балла.

Ведущий: Крошка сын к отцу пришел.

И спросила кроха:

"Что такое хорошо

И что такое плохо?"

1 команда: Если делаешь зарядку,

Если кушаешь салат

И не любишь шоколадку –

То найдешь здоровья клад.

2 команда: Если мыть не хочешь уши

И в бассейн ты не идешь,

С сигаретою ты дружишь –

Так здоровья не найдешь.

3 команда: Нужно, нужно заниматься по утрам и вечерам.

Умываться, закаляться,

спортом смело заниматься,

Быть здоровым постараться.

Все команды: Это нужно только нам!

**2. Конкурс "Разминка"**

Ведущий предлагает капитанам выбрать лепесток от цветика - семицветика. На этих лепестках - задания для разминки: На листке написа­но название вида спорта. Одна команда показывает пантомиму, другие раз­гадывают, что за вид спорта был показан. За пантомиму команда получает 1-3 балла. Та команда, которая первой разгадает вид спорта, получит 1 балл.



**3. Конкурс "Домашнее задание"**

Задание дается командам заранее. Каждая команда готовит два вопроса по здоровому образу жизни. Длительность выступления - 5-7 ми­нут. Максимальная оценка конкурса - 7 баллов. Жюри оценивает соответ­ствие теме, достоверность материала.

Темы

1. Закаливание воздухом.

2. Закаливание водой.

3.

4.

5.

6.

**4. Конкурс «Отгадай «кота» в мешке»**

Отгадывание на ощупь предметов (зубная щетка, полотенце, мыло, мыльница, расческа, салфетки, мочалка, носовой платок).

**5. Конкурс "Реклама".**

Вызываются по 2 участника из каждой команды и дается задание обыграть и дать рекламу следующих предметов, а также рассказать о них стихотворение. Жюри оценивает юмор и оригинальность выступления. Максимальная оценка - 4 балла.

1-я команда рекламирует зубную щётку:
Костяная спинка,
Жесткая щетинка,
С мягкой пастой дружит,
Нам усердно служит.

2-я команда рекламирует мыло:
Ускользает как живое,
Но не выпущу его я.
Дело ясное вполне:
Пусть отмоет руки мне.

3-я команда рекламирует мочалку:
Резинка Акулинка
Пошла гулять по спинке,

Собирается она
Вымыть спинку до чиста.

**6. Конкурс болельщиков "Викторина".**

Проводится во время подготовки конкурса рекламы. Каждый правиль­ный ответ - I балл. Очки, заработанные болельщиками, суммируются с оч­ками команд.

**Вопросы**

1. Назовите принципы закаливания - три П. (Постоянно, последовательно, постепенно.)
2. Назовите насекомых - индикаторов отсутствия у человека навыков гигиены. (Блохи, вши.)
3. Чем болеют толстяки? (Ожирение, гипертония, плоскостопие, болез­ни суставов, сахарный диабет, панкреатит, холецистит.)
4. Какая поговорка учит нас правильному режиму питания? (Завтрак съешь сам, обед раздели с другом, а ужин отдай врагу.)
5. Кто такие "совы" и "жаворонки"? (Это люди с разными биологиче­скими ритмами.)
6. Почему детям до 15 лет нельзя заниматься тяжелой атлетикой? (До этого возраста идет активное формирование скелета.)
7. С какого возраста можно курить и употреблять спиртные напитки? (Желательно вообще не курить и не употреблять спиртное; особый вред ор­ганизму и быстрое привыкание к никотину и алкоголю бывают в детском и подростковом возрасте.)
8. Сколько часов в сутки должен спать человек? (Взрослый - 8 часов, подросток-9-10 часов, ребенок- 10-12 часов.)

9. Зачем для профилактики ангины и насморка делают холодные нож­ные ванны? (Нервные окончания стопы и носоглотки связаны.)

10. Какими видами спорта следует заниматься для формирования осан­ки? (Плавание, гимнастика, легкая атлетика.)

**7. Конкурс капитанов.**

Каждому капитану команды загадываются загадки (по очереди) о предметах гигиены и видах спорта. Жюри оценивает оригинальность, юмор, артистизм участников. Макси­мальная оценка - 5 баллов.

**Загадки по теме: «Гигиена»**

1. Кирпичик розовый, душистый.
Потри его и будешь чистым. (Мыло)

2. Ношу их много лет,
А счету не знаю.
Не сею, не сажаю
Сами вырастают. (Волосы)

3. Зубов много,
А ничего не ест. (Расчёска)

4. Вот какой забавный случай!
Поселилась в ванной туча.
Дождик льется с потолка
Мне на спину и бока.
До чего ж приятно это!
Дождик теплый, подогретый,
На полу не видно луж.
Все ребята любят… (Душ)

5. Говорит дорожка -
Два вышитых конца.
Помойся ты немножко,
Чернила смой с лица!
Иначе ты в полдня
Испачкаешь меня. (Полотенце)

6. Лёг в карман и караулю –
Рёву, плаксу и грязнулю.
Им утру потоки слёз,
Не забуду и про нос. (Носовой платок)

7. Есть в комнате портрет,
Во всём на вас похожий.
Засмейтесь - и в ответ
Он засмеётся тоже. (Зеркало)

8. Плещет теплая волна
В берегах из чугуна.
Отгадайте, вспомните:
Что за море в комнате? (Ванна)

9. Белая река
В пещеру затекла,
Чистит добела. (Зубная паста)

После окончания конкурсов жюри подводит итог, награждает победите­лей призами, а участников игры грамотами.



**Конкурсная программа "Лесная фея"**

**Конкурс 1.****Представление участниц.**

Каждый отряд представляет свою участницу (стихотворение, песня, инсценировка).

( максимум 5 баллов)

**Конкурс 2. «Лесные вопросы»**

Каждая участница по очереди должна ответить на вопросы:

1. Как называется искусство составления букетов? (икебана)
2. Как называется сказка, в которой подснежники зацвели в январе? (12 месяцев)
3. В каком произведении встречается Цветочный город?
4. На каком цветке можно погадать?
5. Назовите самый первый весенний цветок, используемый для букетов?
6. Каких птиц называют «пернатыми кошками»? (совы)
7. Какая птица не летает? (страус)
8. Почему в садах нужно вешать скворечники?
9. Какие птицы используют вместо гнезда свои лапы? (пингвины)
10. Какую птицу называют «лесным доктором»?
11. Что такое экология? (наука об охране природы)
12. Что нужно сделать с мусором в лесу? (сжечь и закопать)
13. Как от стекла в лесу может возникнуть пожар?
14. Как нужно собирать грибы и ягоды? (только те, которые знаешь)
15. Почему в лесу нельзя срывать цветы? (они могут быть редкими)

(за каждый правильный ответ 3 балла, максимум 9 баллов)

**Конкурс 3.** **"Разрешающие таблички"**

В каждом городе можно встретить запрещающие таблички: “Собак не выгуливать”, “Мусор не бросать”, “Костры не разжигать”, “С рук не торговать”, “По газонам не ходить”... Но если существуют запрещающие таблички, должны быть и разрешающие. Придумайте, какие пять разрешающих табличек можно было бы установить... (на выбор)

- на городском пляже

- в местах выгула собак

- в городском парке

( максимум 5 баллов)

**Конкурс 4.****Конкурс «Зелёная аптека»**

*- Каждая участница по очереди называет по одному лекарственному растению*. (За каждое – 1 балл)

**Конкурс для болельщиков.** **«Лесной карнавал»**

Каждый отряд представляет на суд жюри и зрителей номер художественной самодеятельности. Желательно, чтобы участница принимала участие.

**Конкурс 5.** **«Помоги себе сам»**

*Участницам предлагается отгадать загадку и рассказать, как использовать лекарственное растение:*

Стоят в поле сестрички,

Желтый глазок, белые реснички. (*Ромашки*.)

Красненькая матрешка –

Беленькое сердечко. (*Малина*.)

Сидит на палочке
В красной рубашке,
Брюшко сыто,
Камешками набито. *(Шиповник)*

Золотой цветочек,
Листья изумрудные,
С одной стороны нежные,
А с другой чуть грубые.
Что это за растение?
Скажите поскорее! (*Мать-и-мачеха*)

Тонкий стебель у дорожки,

На конце его серёжки.

На земле лежат листки-

Маленькие лопушки.

Нам он – как хороший друг *(Подорожник)*

( максимум 5 баллов)

**Конкурс 6.** **Конкурс костюма для лесной феи.**

Участницы должны представить на суд зрителей и жюри платья, изготовленные из разных материалов накануне.

(максимум 5 баллов)

**Конкурс 7.** **«Картина для птиц»**

Каждый человек, когда обедает, любит, чтобы еда на тарелке была не только вкусной, но и красиво оформленной. Но почему сервировка стола и красивое оформление блюд - привилегия только человека? Почему, когда мы кормим наших младших друзей - зверей и птиц, мы не заботимся о красивом оформлении их стола и накладываем им еду буквально кучей? Попробуйте красиво приготовить обед, например, для птиц. А для этого насыпьте в птичью кормушку пшена. И обязательно уложите это пшено в виде рисунка самой любимой птичьей еды - насекомых. Другими словами, “нарисуйте” с помощью пшена на кормушке...

* бабочку;
* таракана;
* гусеницу;
* муравья;
* стрекозу.

(максимум 5 баллов)

**Подведение итогов конкурса:**

* « 1-я лесная фея»
* « 2-я лесная фея»
* «3-я лесная фея»
* «Фея вдохновения»
* «Фея обаяния»