

Министерство образования и науки Челябинской области
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Челябинский педагогический колледж № 1»

Конспект внеклассного мероприятия
«В здоровом теле – здоровый дух»

Выполнили:

Студентки 21 группы

Никулина Д.С

Соловова Д.С

Щукина О.В

Юрташкина К.Е

Жильцова А.И

Проведение: _____

Проверил: Андреева Т.С.

Челябинск, 2021

Дата проведения мероприятия: 05.04.2021

ФИО учителя: Погорельская Н.П.

Класс: 2-1 (МАОУ «Академический лицей №95»)

Тема: В здоровом теле – здоровый дух.

Цели: приобщение учащихся к потребности в здоровом образе жизни.

Оборудование: колонка, эстафетные палочки, ленты, воздушные шарик, мячи, жребий.

Ход классного часа:

Этап	Время (мин)	Содержание	Примечание
1. Организационный	5	<p>- Доброе утро, класс! Мы рады вас всех видеть, давайте сделаем зарядку и приступим к нашей работе!</p> <p>- Отлично! Сегодня мы проведём с вами занятие в необычной форме. Давайте установим несколько правил поведения на улице:</p> <p>1. Не разбегаемся, работаем вместе;</p> <p>2. Слушаем внимательно, упражнения выполняем по команде;</p> <p>3. Не деремся, не толкаемся.</p> <p>- Знаете ли вы, какой праздник к нам приближается?</p> <p>- 7 апреля мы отвечаем день здоровья. Что вы знаете об этом празднике?</p> <p>- Как вы считаете, нам надо заботиться о своём здоровье?</p> <p>- Правильно, сегодня мы будем с вами укреплять своё здоровье!</p> <p>- Для начала вам надо распределиться на команды. Чтобы всё было честно, распределение будет проходить по жребию.</p> <p>- Теперь, когда команды сформированы, вам надо придумать себе название. На это вам дается 1 минута.</p> <p>- На зарядку становись! Встаньте в три линии на вытянутые руки.</p> <p>- Веселые старты считать открытыми.</p>	<p>Делают зарядку</p> <p>Ответы детей</p> <p>- Да</p> <p>Дети выполняют задание</p> <p>Дети выполняют упражнения</p>

		-Теперь здоровье в порядке, спасибо зарядке!	
2. Основной	30	<p>1.Эстафета бег с эстафетной палочкой Инвентарь: эстафетные палочки -Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает стойку и, возвращаясь к команде, передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.</p> <p>Кто точнее метает в цель, Давайте узнаем мы теперь. Метко в цель снежки бросайте — Очки команде прибавляйте.</p> <p>2. Эстафета «Меткий стрелок» Инвентарь: ведро, комочки «снежков». Напротив каждой команды находится ведро. По очереди каждый игрок делает один бросок «снежком» в ведро. При подсчете очков учитывается количество попаданий.</p> <p>3. Эстафета « Дружная команда » Участники по очереди бегут до стойки возвращаются к команде. Берут следующего участника и бегут до отметки. И так со всей командой. За разрыв команды во время эстафеты начисляется штрафное очко.</p> <p>Мячик новый есть у нас, Мы играем целый час: Я бросаю – ты поймай, А уронишь – поднимай!</p>	

	<p>До чего ж весёлый мячик – Так и скачет, так и скачет. Там, где нету потолка, Он летит под облака! -Угадали, что за состязание ждет вас?</p> <p>4. Эстафета «Воздушный бадминтон» Инвентарь: воздушный шарик. Участники строятся в колонну по одному. Задача участников пронести шар между головами до контрольной точки и вернуться к команде. Держать шар рукой нельзя. Побеждает команда, которая раньше выполнит задание.</p> <p>5. Эстафета «Цветные ленточки» Инвентарь: ленты Командир выходит перед командой на 10 метров. Первому участнику дается цветная ленточка. Он по команде бежит до командира и завязывает на нем ленточку. Возвращается к команде и хлопком передает эстафету. Следующий участник бежит и развязывает ленту, возвращает ее команде и так далее.</p> <p>6. Эстафета «Передай мяч» Инвентарь: волейбольные мячи. Команды выстраиваются в колонну за капитаном. Капитаны держат мяч. По сигналу начинают передавать мяч над головой. Последний участник в колонне получает мяч, бежит с ним до стойки, возвращается в колонну и встаёт первым, передавая мяч над головой. Эстафета продолжается до тех пор, пока капитаны не окажутся первыми. За потерю мяча команда получает штрафное очко.</p>	<p>Воздушный шарик</p> <p>-Да, с воздушными шарами.</p>
--	--	---

		<p>7. Эстафета «Температура»</p> <p>Каждый участник должен добежать до стола жюри с градусником под мышкой и прокричать «36,6», а потом вернуться обратно к команде. Победят те, кто справится с этим конкурсом быстрее и интереснее.</p> <p>-Молодцы!!!</p> <p>Подходит к концу наша встреча со спортом И с теми, кто дружит со спортом всю жизнь! С ним легче учиться и лучше работать. Спорт – главный помощник! -Вот наш девиз! Он всех награждает отличным здоровьем И силу, и смелость, и ловкость дает. Зовет он в походы и даже на подвиг, К спортивным рекордам всех нас зовет! И каждый сегодня у нас победитель, Участие в празднике - главный итог. Желаем здоровья, спортивных успехов, Дружите со спортом и полный вперед!</p> <p>Жюри подводит итоги. Награждение</p> <p>- Вот и закончился наш спортивный праздник, сегодня мы стали еще более сильными, выносливыми и смелыми. Мы желаем Вам, чтобы “День Здоровья” у вас был каждый день: и в школе, и дома. Растите крепкими, здоровыми и ловкими!</p>	<p>Дети танцуют массовый</p>
3.Заключительный	5	<p>Всем спасибо за внимание, За задор и звонкий смех, За азарт соревнования, Обеспечивший успех.</p> <p>-Было очень круто с вами работать. Спасибо за занятие. До скорых встреч.</p> <p>В здоровом теле – здоровый дух!</p>	<p>Ответы детей</p>