**День здоровья 5-8 классы**

**Ведущий:** Не так давно, а точнее 2 сентября на линейке мы встречались с вами здесь, чтобы торжественно отпраздновать начало нового учебного года! Сегодня же, ( ) сентября у нас вновь праздник! Праздник спорта, праздник здоровья и молодости.

**Ведущий**: Сегодня наш праздник пройдет по 12 станциям. Перед началом выполнения всех заданий я каждому классу дам маршрутный лист, на котором будут написаны класс, названия всех станций, баллы за их выполнение, подписи ответственных.

После сигнала вы можете начинать! (звук)

**Станция “Знатоки”.**

От каждой команды играют два знатока (мальчик и девочка). Напротив каждой команды у указателя – ориентира лежат по пять колец (желтое, зеленое, голубое, черное и красное). По сигналу знатоки бегут к кольцам и правильно раскладывают олимпийский символ за одну минуту.

Если знатоки не справляются с заданием, можно попросить помощь у команды. Все надо сделать в течение одной минуты. (три кольца в верхнем ряду – голубое, черное, красное; два в нижнем ряду – желтое, зеленое).

**Станция «Переход болота».**

У первых участников по 2 листка бумаги. Задача – пройти через “болото” переступая по “кочкам” - листам бумаги. Нужно положить “кочку” на пол, встать на нее двумя ногами, а другую “кочку” положить впереди себя.

Побеждает та команда, которая первая прошла “болото” (расстояние 5-6м).

**Станция «Рыбак».**

“Рыбак “ с “удочкой” (скакалка) выходит на середину площадки. Остальные участники игры (до 10-12 чел.) встают по кругу. “Рыбак”, присев, вращает “удочку” вокруг себя (с перехватом), а остальные участники игры перепрыгивают “удочку” каждый раз, когда она проходит у них под ногами. Участник, осаленный скакалкой по ступне, выходит из игры. Игра продолжается в течение двух минут. В конце игры отмечают самых выносливых и внимательных игроков.

**Станция «Угадайка».**

Чтение загадок. (см. док. Угадайка)

- спорт

- зарядка

- санки

- мяч

- коньки

- здоровье

- сон

- велосипед

**Станция «Пингвины».**

Необходимо допрыгать от стара до финиша, зажав один кубик между коленей, а другой кубик, взяв в руки и ни разу не уронив.

**Станция «Шифр».**С помощью шифра прочитайте четверостишие, номер обозначает букву в алфавите. Время на раскодировку – 5 минут, за каждое правильно составленное слово или знак препинания – 1 балл.

Спорт нам плечи расправляет,
Силу, ловкость нам дает.
Он нам мышцы развивает,
На рекорды нас зовет!

**Станция «Историческая».**

1. Тренировка организма холодом.(Закаливание)
2. Жидкость, переносящая в организме кислород.(Кровь)
3. Наука о чистоте. (Гигиена)
4. Его не купишь ни за какие деньги. (Здоровье)
5. Рациональное распределение времени. (Режим)
6. Участвуют ли в олимпиаде женщины? (Да)
7. Девиз олимпийских игр? (Быстрее, выше, сильнее)
8. В каком городе была олимпиада в 2014 году? (Сочи)
9. Какого цвета олимпийские кольца? (Синий, черный, красный, зеленый, желтый.)

**Станция «Крокодил».**

Трем участникам команды показывают карточки со словами. С помощью жестов каждый участник объясняет 3 слова своей команде. Команда должна угадать слова. Нельзя показывать слова с помощью голоса, а также при помощи предметов.

*(Слова для команды: сердце, зубная щетка, снег, еда, плавание, бокс, градусник, будильник, волейбол).*

**Станция «Здоровье».**

Команде за 1 минуту необходимо к каждой букве слова «ЗДОРОВЬЕ» подобрать как можно больше других слов, имеющих отношение к здоровому образу жизни. Например, буква «3» - зарядка, закалка, задор и т.д.

**Станция «Спорт».**

Вниманию участников предлагается таблица, в которой зашифрованы 5 слов. Участникам необходимо расшифровать их с помощью ломаных кривых.

**Станция «Канат».**

Перетягивание каната.

**Станция «Алфавитово».**

Дан набор букв, нужно собрать слово, означающее вид спорта. (мелом на асфальте)

Например:

ХМШААТЫ – ШАХМАТЫ

БСАЕКТОЛБ – БАСКЕТБОЛ

ЛОФБУТ – ФУТБОЛ

ККОХЕЙ - ХОККЕЙ