МБОУ «Чернушинская ШИ с ОВЗ»

**«Всегда вместе»**

**Цель:** воспитание поколения, стремящегося к здоровому образу жизни, посредством вовлечения детей в такие формы организации оздоровительной работы, как спортивные эстафеты, соревнования по различным видам спорта.

**Задачи:**

1. возрождение и развитие традиций физической культуры и массового спорта
2. способствовать формированию навыков ведения здорового образа жизни;
3. способствовать развитию двигательной активности детей;
4. способствовать определению ценности своего здоровья и мер по его сохранению;
5. Воспитание коллективизма, товарищества

**Ход мероприятия.**

1. «Бег с двумя мячами»
2. «Бег змейкой» 6 конусов
3. «Покорение высоты» - подъём и спуск по гимнастической стенке
4. «Кочки» прыжки из обруча в обруч 5 шт.
5. «Подтягивание» упражнение на гимнастической скамейке, подтягивание себя руками (на животе)
6. «Я меткий» броски и ловля баскетбольного мяча в цель
7. «Везде пройду» подлезание под аркой
8. «Бревно» пройти по гимнастической скамейке на носках
9. «Мышеловка» (для каждой возрастной группы высота барьер разная) Детям необходимо перепрыгнуть препятствие, не зацепившись за барьеры
10. «Цифры» идти по цифрам по порядку, не нарушая последовательность.

Заключение: Дети самостоятельно, умело с веселым настроением справлялись с заданиями, получая удовольствие.