

Сценарий спортивного мероприятия, посвященного Дню Защитника Отечества

Разработал: Талызина Г.Н.

Возраст детей: 10-16 лет

Цель:

- пропаганда здорового образа жизни подрастающего поколения,

- привитие чувство патриотизма к Отечеству

Задачи.

1. Способствовать улучшению физической подготовленности учащихся.

2. Повысить спортивное мастерство учащихся.

3. Воспитать чувство коллективизма, сотрудничества.

Оборудование и инвентарь:

Скамейки, канат, гимнастическая перекладина, баскетбольный мяч, волейбольный мяч, кегли (5 штук), противогазы по количеству участников, воздушные шары (по количеству команд), гири 16 кг, гимнастические маты (3 штуки), парта, нож, картофель свежий (по количеству команд), винтовка пневматическая.

Программа мероприятия.

I. Парад открытия.

Звучат фанфары. Под звуки военного марша в зал в колонну по одному входят участники конкурса, обходят зал по периметру и останавливаются на середине зала. Военрук (или учитель физической культуры) докладывает директору школы о готовности к конкурсу. Директор открывает мероприятие. Звучит гимн РФ. Слово представляется гостям праздника (заранее уточнить, кто из гостей будет выступать).

II. Конкурсы.

1. Эстафета в противогазах.
2. Переноска «пострадавшего».
3. Подтягивание на перекладине.
4. «Двухэтажный» баскетбол.
5. Чистка картофеля (1 участник).
6. Надувание шаров (капитаны).
7. Армрестлинг.
8. Подъём гири 16 кг (1 участник).
9. Перетягивание каната.
10. Полоса препятствий:
 - Лазание по канату
 - Преодоление болота по кочкам
 - Стрельба по воздушному шару
 - Бросок баскетбольного мяча в кольцо
 - 2 кувырка вперед
 - Бросок мяча по кеглям
 - Отжимание от пола (10 раз)

1. Эстафета в противогазах. Команды выстраиваются перед линией старта в колонну по одному. На противоположной стороне на расстоянии 15 м находятся фишки. По команде «Газы» участники надевают противогазы. По свистку первый бежит до фишки, обегает её и возвращается обратно, передаёт эстафету второму. Задание выполняет вся команда.

2. Переноска «пострадавшего». Два участника команды сцепляют руки друг с другом в замок, третий участник исполняет роль пострадавшего. Задание выполняют 6 человек.

3. Подтягивание на перекладине. Участники команд по очереди выполняют на перекладине подтягивание из виса максимальное количество раз. Результаты всех участников команды суммируются. Победитель определяется по наибольшей сумме.
- 4.«Двухэтажный» баскетбол. Участники команды делятся парами. Один из пары садится на плечи другому. В конкурсе принимают участие 2 пары и один свободный игрок, который имеет право выполнять ведение мяча, но не имеет право на бросок. Игра длится 3 минуты. За это время необходимо забросить максимальное количество мячей.
5. Чистка картофеля (1 участник). Участники находятся на линии старта, на расстоянии 15 м. располагается контрольная фишка, у которой лежит тарелка с картофелем и нож. По сигналу судьи участники команд бегут до фишки, и выполняет задание. Задача – быстро и качественно почистить картофель.
6. Надувание шаров (капитаны). Капитаны команд получают воздушные шары. По сигналу судьи участники начинают надувать шары до момента, пока шар не лопнет.
7. Армрестлинг. В состязании участвуют по одному от команды. Борьба на руках ведется по круговой системе (в зависимости от количества участвующих команд). Победитель определяется по наибольшему количеству побед.
8. Подъём гири 16 кг (1 участник). По одному участнику от команд по очереди выполняют упражнение. Победитель определяется по максимально поднятому весу (количество раз).
9. Перетягивание каната. В состязании участвует вся команда. Задача команды – перетянуть соперника на свою сторону. В зависимости от количества команд – участниц каждая команда должна соревноваться с каждой командой соперницей.
10. Полоса препятствий: по залу на расстоянии 3м. от стены располагаются препятствия. Участник с линии старта бежит до первого препятствия
 - лазание по канату с касанием рукой верхнего края, спускается и бежит до «болота».
 - «болото» (прыжки через автомобильные покрышки),
 - стрельба по воздушным шарам (стрельба из пневматической винтовки), участник выполняет 3 выстрела, расстояние 10 м.
 - бросок баскетбольного мяча со штрафной линии,
 - выполнение 2 кувырков вперед на дорожке из гимнастических матов
 - выполнение броска по кеглям (на расстоянии 5м. от контрольной отметки стоят кегли). Тремя мячами сбить максимальное количество кегль (6 шт.).
 - отжимание от пола 10 раз.
 - бег до финиша.Каждый участник выполняет полосу на время. После прохождения полосы препятствий всеми участниками команды время суммируется. Побеждает та команд, которая покажет наименьшее время.

III. Парад закрытия.

По окончании всех соревнований команды выходят на построение. Жюри подводит итоги состязаний и определяет победителя по сумме всех конкурсов.

Ведущий зачитывает поздравления с праздником.

Дорогие мужчины, юноши!

Поздравляем Вас с Днем Защитников Родины!

Мы с праздником вас

Поздравляем солдатским,

Но видеть всегда вас хотим

Только в штатском!

А, если уж в форме, то только

В спортивной - для бега,

Футбола и жизни активной!

IV. Подведение итогов и награждение

Команды, занявшие 1,2,3 места награждаются грамотами, остальные (в зависимости от количества команд) получают грамоты за активное участие.