**Внеклассное мероприятие**

Посвященное дню защитника отечества и дню 8 марта

**«23+8»**

***Цели:***

-привить детям интерес к регулярным занятиям физической культурой и спортом;

-развивать наблюдательность, внимательность;

-воспитывать чувство коллективизма, доброжелательности.

-сплочение семьи

***Подготовка:***

- класс разбивается на четыре группы. Из каждой группы для участия в соревнованиях отбираются команды, 5 детей, 5 мам, 5 пап.

- каждая группа готовит домашнее задание:

а) название команды

б) эмблема

в) девиз и приветствие

- зал школы украшен спортивными флагами, плакатами, транспарантами.

- спортивные песни, марши, веселая музыка.

- грамоты для награждения

- оборудование и спортинвентарь для проведения эстафет

- подготовка классной комнаты для чаепития, которое проводится в конце праздника

- приглашаются гости: знакомые, друзья, соседи, родственники

***Место проведения:***

Спортивный зал

**Ход праздника**

Звучит спортивный марш.

Музыка смолкает. **Ведущий** приветствует зрителей:

**Добро пожаловать, гости дорогие!**

**Веселья вам да радости желаем.**

**Давно мы вас ждем-поджидаем,**

**Праздник без вас не начинаем.**

Звучит спортивный марш. Под аплодисменты входят команды-участницы.

**Ведущий**:

**Массовость спорта – залог трудовых побед семьи, хорошего настроения и отличного здоровья. Заниматься физкультурой полезно, веселой физкультурой вдвойне. Ведь каждая минута занятий спортом продлевает жизнь человека на один час, а веселым на два. И даже с минутами. Не верите? Проверьте сами!**

**И не важно, кто станет победителем в этих шуточных соревнованиях, главное, чтобы все мы почувствовали атмосферу праздника, атмосферу сердечности и доброжелательности, взаимного уважения и понимания. Давайте помнить о том, что преодолеть жизненные трудности нам с вами будет легче, если мы будем вместе. Я призываю команды к честной спортивной борьбе, желаю всем успеха.**

**Программа соревнований:**

**1. Эстафета с передачей эстафетных палочек (или кеглей).**

Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих эстафетные палочки. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии, бежит по прямой до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает эстафетную палочку следующему участнику, а сам становится в конец своей колонны.

**2. Эстафета со скакалкой.**

Участники каждой команды стоят в колонне по одному за общей линией старта, в руках у направляющих – скакалки. По сигналу направляющий в колонне бежит со скакалкой, обегает поворотную стойку и возвращается к своей команде, передает скакалку ручками вперед следующему участнику, а сам встает в конец своей колонны.

**3. «Космические полеты»**

Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих обручи. По сигналу он надевает его на пояс, и бежит вперед, обегает поворотную стойку, возвращается к колонне, следующий участник берется рукой за обруч и они вдвоем бегут до поворотной стойки и обратно, затем следующий участник берется за обруч и т.д., пока все участники не возьмутся рукой за обруч и вся команда, как в «космическом корабле» пробежит до поворотной стойки и обратно. Выигрывает команда, первой закончившая космический полет.

**4. Преодоление болота.**

Команды стоят в колонне по одному за общей линией старта. В руках у каждого направляющего по два обруча. По сигналу направляющий каждой команды кладет обруч на пол, встает на него ногами, другой обруч бросает на такое расстояние от первого, чтобы можно было в него перепрыгнуть, а потом с него дотянуться до первого обруча. Так, совершая прыжки и перекидывая обручи, участник добирается до поворотной стойки. Обручи оставляет возле поворотной стойки, а сам, обогнув поворотную стойку, бегом бежит к своей команде, обегает ее и передает эстафету следующему участнику хлопком по ладошке. Следующий участник, получив эстафету, бежит до поворотной стойки, обегает ее, берет два обруча и передвигается с обручами как первый участник до своей команды и передает обручи следующему участнику, а сам встает в конец колонны. Выигрывает команда, участники которой раньше закончат эстафету.

**5. Эстафета с гимнастическими палками.**

Команда строится в колонну по одному за общей линией старта. В руках у ребенка две гимнастических палки, у взрослых – по одной. Вдоль линии старта лежит еще одна гимнастическая палка. По сигналу направляющий обеими палками начинает проталкивать вперед лежащую палку до поворотной стойки и назад. Взрослые проталкивают лежащую гимнастическую палку одной палкой. Выигрывает команда, которая раньше закончит эстафету.

**6. «Быстрые ноги».**

Команда строится по одному за общей линией старта. По сигналу направляющий бежит до поворотной стойки и обратно, обегает свою команду и передает эстафету хлопком по ладошке следующему участнику, а сам встает в конец колонны. Выигрывает команда, игроки которой раньше закончат эстафету.

**7. «Хоккей с мячом».**

Команда строится по одному за общей линией старта. В руках у направляющего - клюшка и футбольный мяч. Между командой и поворотной стойкой ставятся три кегли. По сигналу направляющие ведут клюшкой футбольный мяч, обводя при этом три кегли, до поворотной стойки. Назад возвращаются также. Выигрывает команда, игроки которой раньше закончат эстафету.

**Подведение итогов соревнований. Сообщение жюри о результатах команд. Распределение мест.**

**Награждение команд.**

**Ведущий:** Уважаемые родители, ребята, гости и друзья! Вот и закончились наши состязания. Спасибо всем за участие и помощь в проведении праздника!

Приглашаем всех в класс на праздничное чаепитие.

**(*Команды совершают почетный круг под музыку «Спортивного марша» и уходят в класс на чаепитие),***