

Внеклассное мероприятие по физкультуре, посвященное Дню Защитника Отечества

«Красив в строю, силен в бою!»

Автор: Котарев Алексей Иванович, учитель физической культуры

Цель: сформировать у обучающихся чувство патриотизма, устойчивые потребности к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Задачи:

- Обучение навыкам и умениям в выполнении различных физических упражнений;
- Развитие мотивации обучающихся к занятиям физической культурой и спортом;
- Воспитание у обучающихся культуры поведения в коллективе;
- Развитие двигательных качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости и т. д. ;
- Формирование потребности к ведению здорового образа жизни.

Место проведения: спортивный зал школы.

Участники: 2 команды – ученики 8 класса (мальчики - участники, девочки – болельщики). В каждой команде по 6 человек.

Оборудование и инвентарь: Российский флаг, баскетбольные мячи, набивные мячи, кегли.

Ход мероприятия

Учитель физкультуры: Здравствуйте, ребята и уважаемые гости. Мы рады увидеть вас на нашем празднике, который называется «Красив в строю, силен в бою!». Желаем всем хорошего, бодрого настроения, и чтобы все присутствующие получили заряд бодрости и удовольствия от нашего праздника.

**Если хочешь стать умелым,
Сильным, ловким, смелым,
Научись любить скалки,
Обручи и палки.
Никогда не унывай,
В цель мячами попадай.
Вот здоровья в чём секрет-
Всем друзьям – физкультпривет!**

Учитель физкультуры предоставляет слово болельщикам команд (девочкам было дано задание - подготовить поздравление своим одноклассникам).

Болельщики:

1 команда: День защитников Отечества праздник всенародно любимый. Из истории мы помним, что начало празднику положило сражение под Нарвой и Псковом в феврале 1918 года, в котором воины молодой Советской республики достойно противостояли немецким войскам. В честь той битвы день 23 февраля стал праздником, который сначала называли Днем Красной Армии, потом - Днем Советской Армии и Военно-Морского флота и, наконец - Днем Защитника Отечества. Да, это праздник мужской доблести, ведь если что - за Отечество все встанут горой.

2 команда «Есть такая профессия - Родину защищать»- эти слова из любимого у нас в народе фильма «Офицеры» как нельзя более полно отражают суть сегодняшнего праздника. По традиции с Днем Защитника Отечества в России поздравляют всех представителей мужской половины населения, начиная со школьной скамьи. И в этом есть, наверное, глубокий смысл: к священной воинской обязанности мальчиков нужно готовить с детства. И все же в первую очередь это праздник тех, кто защищал Отечество в лихие годы испытаний, служил в Российской Армии или служит в ней сегодня.

Вам посвящается песня: «Офицеры»

Учитель физкультуры представляет жюри (обучающиеся 11 классов) и команды, названия к которым заранее подготовлены участниками.

Сегодня наш спортивный праздник не совсем обычный. Мы не только будем соревноваться в проведении конкурсов и эстафет, но и покажем наши умения, силу, ловкость, выносливость, смелость в выполнении тех или иных конкурсов. Докажем, что «Защищать Отечество – это почетно!»

Соревнования будет судить жюри. А болельщики должны быть внимательными, наблюдательными и активно поддерживать команды.

И первый наш конкурс - «**Смотр строя и песни**»

Второе испытание - **эстафета; «Разминка»**

По команде "Марш! " первый игрок в присед, с набивным мячом за головой, стартует до флажка и передает мяч второму игроку, следующий игрок выполняет то же задание и т. д. Побеждает команда первой закончившая эстафету.

Третий конкурс - **эстафета: «Прыжок в длину с места»**

Первый участник прыгает с места, помощник отмечает приземление по пяткам, второй участник начинает прыжок от этой линии, третий в свою очередь проделывает то же самое. Побеждает команда, которая прыгнула дальше всех в длину.

Следующий конкурс - эстафета: «Забей в кольцо»

Участник с каждой команды выполняет ведение с броском в кольцо. Бросок выполняется до попадания. Участник возвращается с ведением и передает эстафету следующему. Побеждает та команда, которая быстрее выполнит эстафету (Помощники следят за правильным ведением и передачей мяча) .

Жюри объявляет результаты (очки) смотра строя и песни и трех эстафет.

Конкурс для болельщиков

Болельщики каждой команды приносят дополнительные очки своей команде за правильные ответы. Учитель физкультуры задает вопросы каждой команде. Если болельщики не знают ответа, то этот же вопрос задается другой команде.

1. В каком году в Москве проходили Олимпийские игры? (1980г.)

2. Кто из российских спортсменок является не только известной теннисисткой, но и популярной фотомоделью? (Анна Курникова)

3. Как называется игра в мяч, в которую играют в бассейне? (водное поло)
4. Какой стадион является самым вместительным в Москве? (Центральный стадион «Лужники»)
5. Как расшифровывается слово «самбо»? (самозащита без оружия)
6. Как называется самый известный футбольный клуб Санкт-Петербурга? («Зенит»)
7. Как называется самый быстрый стиль плавания? (кроль)
8. Названия какого вида спорта в переводе с японского означает «гибкий путь»? (Дзюдо)
9. Как называется вид спорта, состоящий из двух дисциплин: лыжной гонки и стрельбы из винтовки? (биатлон)
10. Сколько человек в футбольной команде? (11 человек)
11. Какая норма частоты сердечных сокращений в покое у здорового нетренированного человека? – (60-80 ударов в минуту) .
12. При скольких фолох полученных одним игроком в баскетболе происходит удаление с площадки? – (5 фолов) .

Жюри объявляет результаты конкурса болельщиков.

Шестой конкурс - эстафета: «Штрафные броски»

В течение 2-х минут команды выполняют штрафные броски в кольцо. Побеждает команда, забросившая больше мячей в кольцо.

Конкурс капитанов «Метание набивного мяча»

Капитан каждой команды выполняет метание набивного мяча из положения сидя из-за головы двумя руками (дается три попытки). Побеждает команда, капитан которой выполнит метание дальше всех.

Восьмой конкурс: подтягивание на перекладине.

В конкурсе участвует вся команда, На одного участника отводится 1 минута. Побеждает та команда, участники которой больше подтянутся на перекладине.

Следующий (девятый) конкурс - эстафета: «Самый меткий»

В центре зала устанавливаются 10 кеглей на одинаковом расстоянии. Команды находятся напротив друг друга на лицевой линии. Каждый из участников должен выбить стоящие кегли баскетбольным мячом, катящимся по полу. Побеждает команда, сбившая большее количество кеглей.

Итог: Друзья! Вот и подошел к концу наш спортивный праздник «Красив в строю, силен в бою!». Слово предоставляется жюри для объявления результатов (Команды награждаются грамотами) .

Сегодня на нашем празднике, мы увидели, какие команды у нас дружные, быстрые, ловкие, сильные и внимательные. Теперь все мы видим, что у нас в школе растут славные ребята, будущие защитники Отечества! Я поздравляю вас с праздником, желаю вам всем бодрого настроения, расти крепкими, здоровыми и умными!

К моим поздравлениям присоединяются ваши одноклассники с танцем «Граница».
Спасибо всем за участие! До новых встреч!