Министерство образования Нижегородской области

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ЛИЦЕЙ-ИНТЕРНАТ «ЦЕНТР ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ»**

**Сценарий проведении спортивного праздника**

**«А ну-ка, парни».**

Спортивно-развлекательный праздник

**Цели и задачи:**

* формирование здорового образа жизни;
* привлечение учащихся к занятиям физической культурой и спортом;
* организация здорового досуга.

**Инвентарь:**

2 стола; скатерьть;5 стульев;10лавочек; набор фломастеров; магнитная доска;15 конусов 15 гимнастических палок;2 футбольных мяча; 2 баскетбольных мяча;велосипед;15 надувных шаров; Пневматическая винтовка; 2 подушки секундомер; свисток1 канат; автомат ;магнитофон ; мегафон или микрофон; стол для армреслинга

**Место проведения:**

Спортивный зал лицея-интерната «ЦОД»

**Помощники:** учащиеся 10-11 классов (юноши, девушки).

**Участники и команды:** участвуют сборные команды юношей 10х-11х классов, в командах по 10 человек.

**Жюри:** не менее трёх независимых педагогов.

**Руководство проведения**: Общее руководство подготовкой и проведением спортивного праздника осуществляется заместителем директора по воспитательной работе Канащенковой Т.В.

Непосредственное проведение возлагается на судейскую коллегию: Кокишева Г.И., Оленеву Н.Б.

Победители определяются по быстроте и правильности выполнения задания, активности, по окончании соревнований они награждаются памятными сувенирами, грамотами и сладкими призами.

**Программа**

1 Подтягивание. 6 Конкурс капитанов.

2. Пресс всей командой. 7. Футболист.

3. Бой на подушках. 8. Перетягивание каната.

4. Армреслинг. 9 Прыжки в высоту с места.

5. Баскетболист 10 Полоса препятствий.

Перед началом воспитатели и капитаны сроятся в коридоре. Звучит марш, и дети входят в зал.

**Ведущий:** Внимание, мы начинаем состязание, посвящённое будущим защитникам Отечества. Звучит гимн. Капитаны команд поднимают флаг. Сегодня в нашем зале собрались команды юношей 10- 11 классов. Они готовы продемонстрировать свои ловкость, быстроту, силу, находчивость. Прошу капитанов представить команды».

Капитаны команд по очереди называют свои команды и девизы, а также звучит приветствие команд

Даётся время 3 минуты для подготовки, звучит музыка.

1. **Подтягивание.**

Приглашаются по 3 участника от команды. Каждый выполняет по максимальному количеству подтягиваний на высокой перекладине .Результаты трёх участников складываются

2.**Пресс всей командой.**

Вся команда садится на маты, взявшись за шею друг друга. За одну минуту выполнить максимальное количество упражнений на пресс (одновременно).

3**.Бой на подушках.**

По три участника от команды. На скамейке, с подушкой в руках, стоя друг против друга. По сигналу участник с помощью подушки пытается сбить соперника со скамейки.

**4.Армреслинг.**

По три участника от команды борются на руках.

**5.Баскетболист**.

По три участника от команды выполняют по 5 штрафных бросков.

**6. Конкурс капитанов.**

Даётся задание друг другу (домашняя заготовка) которое нужно выполнить**.**

**7.Футболист**.

Все участники команды выполняют удар по воротам с 9 метров. Воротами является гимнастический мат.

**8.Перетягивание каната.**

Участвует вся команда.

**9.Прыжки в высоту с места.**

По два участника от команды выполняют прыжки с места через планку. На высоту даётся 3 попытки. Кто выше прыгнет.

**10.Полоса препятствий.**

Полоса препятствий выполняется на время. Участвует вся команда.

По сигналу первый участник проползает под стойками, перепрыгивает через препятствия, подбегает к месту для стрельбы, стреляет один раз по шарику, подбегает к месту для разборки и сборки автомата, разбирает его, бежит к велосипеду, садится на него, объезжает фишки по кругу, подъезжает к баскетбольному мячу, берёт его , подъезжает к баскетбольному щиту, бросает мяч, едет к тому месту, где он сел на велосипед, оставляет его и бежит к финишу, передаёт эстафету следующему.

Во время пауз звучит музыка и объявляются предварительные результаты.

Перед эстафетой даётся отдых 5 минут. В это время девушки исполняют танец и поют песню.

**Подведение итогов. Награждение.**

**Ведущий**: Даёт команду для построения. Звучит лёгкая музыка.

Награждение проходит в торжественной обстановке Все получают призы. Награждаются и особо отличившиеся в каждой эстафете. Выделяют самых крутых, самых привлекательных, за волю к победе, лучшего в команде. И главный приз достаётся одному (по мнению жюри и опроса зрителей) приз зрительских симпатий.

Команды благодарят друг друга и под марш покидают зал

Время проведения 1час 20минут.

Деньги на призы выделяет администрация. Смета составляет около2-3х тысяч.

Обязательное присутствие врача.

Ответственные за проведение Кокишев Г.И., Оленева Н.Б

**Авторы:** руководитель физвоспитания Кокишев Геннадий Иванович, учитель физвоспитания Оленева Наталья Борисовна