### Государственное образовательное учреждение

**для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей,**

**“Детский дом №4” г. Усинска**



**Составитель:**

**Валиева Хаяла Матлабовна**

**ул. Молодежная 20, тел. 8 (82144) 46206**

**Усинск**

**2012**

**Цель:** приобщение воспитанников детского дома к активному и здоровому образу жизни.

**Задачи:**

1) создать праздничное спортивное настроение;

2) развивать внимание, ловкость, быстроту, спортивные качества;

3) воспитывать дух патриотизма среди молодежи.

**Возраст участников:** воспитанники 11-16 лет и команда девочек переодетая в юношей ( девочки во время игры делают все специально медленно и смешно).

**Продолжительность мероприятия:** 45 мин.

**Оборудование**: поворотные флажки, обручи, мячи, мешки – по количеству команд, канат – 1.

**Место проведения**: спортивный зал.

**Ход мероприятия**

**Ведущий:** Добрый день! Я рада приветствовать всех на спортивных соревнованиях, посвященных празднованию 23 февраля под названием «Спортивные шаги 23 февраля»!

*(участвует 2 команды юношей по 10 чел. в каждой и команда девочек переодетая в юношей).*

**Ведущий:** День защитника Отечества – это государственный праздник, традиции которого уходят корнями в далекое прошлое.

Защитники Отчизны все века

Святую Русь от недруга хранили.

И если враг напал издалека,

То его гнали, били и громили.

Жизнь не жалея, Родину свою

Они для жизни нашей сохранили.

И всех врагов, в неравном пусть бою,

Они всегда, везде, нещадно били.

Чтоб Русь была великой и сейчас,

На страже рубежей её стоите,

Пусть враг России помнит каждый час,

Что от него Россию оградите.

Коль живы вы, то будет Русь жива,

И будут жить в России ваши дети,

Любовь к России, это не слова,

Мы той любовью все за Русь в ответе.

М. Чикин

**Ведущий: з**ащищать Отечество – долг каждого человека и почетная обязанность каждого мужчины. Чтобы оберегать страну от недругов нужно быть сильным и смелым.

Сегодня в День защитников Отечества в соревнованиях принимают участие 3 команды, встречаем их бурными аплодисментами!

Позвольте представить Вам членов судейской коллегии:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Ведущий:** желаем каждой команде не только победы, но и хорошего настроения на протяжении всей спортивной программы!

Но для начала нам нужно размяться! Я предлагаю сделать всем совместную зарядку.

Смотрите на меня и повторяйте движения!

Каждый день по утрам

Делаем зарядку.

Очень нравится нам

Делать по порядку.

Весело шагать.

Руки поднимать.

Приседать и вставать.

Бегать и скакать.

Здоровье в порядке?

Спасибо зарядке!

*(повторить несколько раз)*

**Ведущий:** молодцы! Итак, переходим к эстафетам!

Команды на исходную позицию!

***ЭСТАФЕТЫ***

1. «Гладкий бег».

Инвентарь: мяч, поворотные флажки.

Исходное положение команды: «в колонну по одному».

*Содержание эстафеты: по команде ведущего участник проходит дистанцию, при этом ведёт мяч одной ногой, оббегая кегли.*

2. «Прыжки в мешках».

Инвентарь: мешки, поворотные флажки.

Исходное положение команды: «в колонну по одному».

*Содержание эстафеты: первый участник, находясь в мешке, прыгает до поворотного флажка и обратно, передает эстафету следующему и т.д.*

3. «Перевозчик»

Инвентарь: обруч, поворотные флажки.

Исходное положение команды: «в колонну по одному», капитан - впереди.

*Содержание эстафеты: капитан находится на старте, держа в руках обруч, по команде «Марш» бежит, огибает поворотный флажок, добегает до стартовой линии и забирает второго участника (второй участник берется рукой за обруч), бегут вдвоем до флажка и обратно, забирают третьего и т.д.)*

**Ведущий: ч**тобы команды отдохнули и подготовились к следующей эстафете, для вас музыкальная пауза

*Девочки дарят танец и песню.*

4. «Близнецы».

Инвентарь: мяч, поворотные флажки.

Исходное положение команды: «в колонну по два».

*Содержание эстафеты: первые два участника команды становятся рядом друг с другом (боком), зажав головами мяч. По команде ведущего первая пара, не придерживая мяч руками, добегает до поворотного флажка, возвращается к стартовой линии, передает мяч следующей паре и т.д.*

5. Комбинированная эстафета.

Инвентарь: скакалки, обручи, мячи, поворотные флажки.

*Содержание эстафеты: первый участник прыгает на скакалке до обруча, оставляет скакалку в обруче, берет мяч, ведет его, огибая стойку, кладет мяч в обруч, забирает скакалку и передает эстафету следующему участнику.*

6. «Передал – садись».

Инвентарь: мячи, флажки или обручи.

*Содержание эстафеты: капитан стоит лицом к команде на расстоянии 3 метров. По команде «Марш» капитан бросает мяч первому участнику, участник возвращает мяч капитану и приседает, и т. д. Последний участник бросает мяч капитану и встает, капитан принимает мяч и поднимает руки вверх - эстафета окончена.*

7. «Перетягивание каната».

Инвентарь: канат.

*Задача команды: перетянуть канат на свою сторону, перетянув команду соперника за установленную линию.*

*(идет состязание по перетягиванию каната, за каждую победу присуждается балл).*

**Ведущий:** молодцы! Пока жюри подводит окончательные итоги - музыкальная пауза.

*Выступают с танцем самые маленькие воспитанницы детского дома*

**Ведущий:** для оглашения результатов и вручения грамот, подарков приглашаются члены жюри в лице\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ .

**Член жюри**: сегодня замечательный день и я с огромным удовольствием хочу поздравить наших юношей с этим замечательным праздником. Только подводя итоги конкурса и подсчитывая баллы, нам – членам жюри показалось странным, что юноши в третьей команде играли как-то не в полную силу, по-детски или по-женски. Ой, ребята, а не девчонки ли это?

*Девочки снимают кепки и признаются, что хотели посоревноваться с мальчишками и доказать, что они тоже быстрые, смелые и умелые, но оказалось, что это не совсем так.*

**Член жюри:** не расстраивайтесь девочки, вы в некоторых делах лучше мальчишек, но сегодня победа по праву принадлежит им – юношам нашего детского дома. И мы хотим попросить вас помочь поздравить наших юношей с заслуженной победой.

**Ведущий:** пусть будут вёсны, будут соловьи,

Любите милых горячо и свято!

Но все же в труд идите как в бои.

Творите биографии свои,

Не упускайте времени, ребята!

Э. Асадов

**Ведущий:** я уверенна, что ваши руки будут творить добро, дарить любовь и радость на нашей планете Земля! Желаю Вам целеустремленности и личных спортивных достижений!

С праздником! До новых встреч!