Муниципальное бюджетное

общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа с. Косьювом»

Конспект внеурочного мероприятия по физкультуре

**Тема: «Солдат - всегда солдат»**

**(веселые старты)**

Разработала и провела

учитель физкультуры

Надуткина Е. В.

Косьювом 2015

**Пояснительная записка**

Убыстрение ритма современной жизни, прогресс  науки и техники ставят перед специалистами физической культуры и спорта задачу поиска новых эффективных средств и методов воспитания здорового, энергичного, гармонично развитого поколения. Однако не следует забывать и давно известные, проверенные временем средства, такие, как соревнования по подвижным играм, объединённые общим названием «Весёлые старты».

Ценность этих соревнований заключается в том, что они не требуют от участников длительной специальной подготовки, могут проводиться в любое время года в спортивном зале. Участвовать в них могут как дети разного возраста, так и взрослые.

В зависимости от цели и задач эти соревнования могут способствовать развитию у участников двигательных качеств, формированию таких положительных черт характера, как воля, уверенность в своих силах, здоровый азарт и спортивная злость, чувство взаимопомощи, умение укрощать свои эмоции, подчинение своих интересов интересам команды. Подобные соревнования могут служить и прекрасным средством отбора в спорте. Ведь в выражении «человек познаётся в беде, а ребёнок — в игре» немало справедливого.

**Солдат – всегда солдат**

(спортивные состязания, посвященные Дню Защитника Отечества)

Цели: Повышение двигательной активности учащихся

Воспитание патриотических чувств, чувства коллективизма.

В игре участвуют две команды:

- «Дембели» (папы)

- «Новобранцы» (мальчики 9-11 классы).

**Ход соревнований:**

«Здравствуйте, дорогие зрители! Сегодня День Защитника Отечества, поздравляем мальчиков, юношей, мужчин с этим праздником. Долг каждого мужчины - защищать Родину. Солдат должен быть сильным, ловким, быстрым. Вот это нам сегодня продемонстрируют наши мужчины. Итак, на нашем празднике встречаются две команды: команда, игроки которой уже прошли воинскую службу и команда, участникам которой еще предстоит испытать все тяготы и прелести службы армии».

- команды приглашаются в зал:

- команда «Дембели»,

- команда «Новобранцы».

(*команды строевым шагом, с песней и флагом входят в зал*).

- Судить соревнования будет строгое жюри - генералитет (*перечислить, кто судит соревнования*).

**1-й конкурс «Подъем»**

- По сигналу тревоги солдат должен быстро одеться и обуться, но спросонья не перепутать обувь. Сейчас каждому из вас надо показать умение быстро обуться. (*Помощники собирают в мешки обувь с правой ноги каждого участника команд*). По сигналу тревоги первый участник бежит до мешка (*мешок в руках помощника*), не заглядывая в мешок, на ощупь выбирает обувь, надевает, возвращается к команде и передает эстафету следующему участнику. И т.д.

**2-й конкурс «Утренняя зарядка»**

- Утро солдата начинается с зарядки (зарядку проводит ученица старших классов)

***Оборудование: магнитофон***

**3-й конкурс «На парад»**

- Солдат должен одеться за 40 секунд, примерно за такое же время, за какое сгорает спичка. Следующий конкурс: первый игрок бежит до стула, надевает китель, галстук, фуражку и бежит обратно, передает эстафету второму игроку. Второй игрок, одевшись, бежит до стула и оставляет солдатское обмундирование и т. д.

***Оборудование: 2 кителя, 2 фуражки, 2 галстука, 2 стула***

**4-й конкурс «Секретные материалы»**

- Солдат должен уметь все. Например. Пронести секретные материалы на глазах у противника. Секретные материалы мы вручаем (теннисные мячи), а вы должны пронести, зажав их между бедер.

***Оборудование: 2 теннисных мяча***

*Слово жюри*

*Музыкальная пауза. «Спортивный танец» (девочки)*

**5-й конкурс «Игольное ушко»**

- Солдат должен уметь все, даже пролезть через игольное ушко. Вы должны добежать до препятствия, сделать кувырок через обруч (помощники держат обручи на высоте 40-50 см над уровнем пола), обежать стойки, бегом вернуться и передать эстафету.

***Оборудование:*** 2 мата, 2 обруча

**6-й конкурс «Водители»**

- Солдат должен уметь ездить на любом виде транспорта. Вот ваш транспорт (трехколесный велосипед). Ваша задача, проехать данную дистанцию и передать эстафету.

***Оборудование:*** 2 трехколесных велосипеда

**7-й конкурс «Наездники»**

- Но техника может подвести, а вот боевой конь – никогда. Вы сейчас покажите свое умение в джигитовке. Вы должны проскакать на коне (баскетбольный мяч) до стойки, обогнуть ее, бегом вернуться и передать эстафету.

***Оборудование:*** 2 баскетбольных мяча

*Промежуточное подведение итогов*

– Пока жюри подводит итоги конкурсов, игра со зрителями.

Аукцион. Кто последний назовет звание военнослужащего, тот и выигрывает. *(Приз выигравшему).*

*Слово жюри*

**8-й конкурс «Оружейное дело»**

- Солдат должен уметь собрать и разобрать оружие, даже с закрытыми глазами. Вот ваше оружие (мясорубки). Первые номера разбирают, а вторые собирают и т.д.

***Оборудование:*** 2 мясорубки, 2 стула

**9-й конкурс «На полигоне»**

- Солдат должен уметь отлично стрелять. Отправляемся на полигон, на стрельбище. Вы должны добежать до стула взять оружие (дротик) и поразить мишень (шарик), вернуться к команде и передать эстафету. (*В этом конкурсе засчитывается количество пораженных мишеней*).

***Оборудование:*** 2 стула, дротики (по количеству участников), шары (по количеству участников)

**10-й конкурс «Письмо маме»**

- В часы передышки каждый солдат пишет письма домой. Маме. Вот и ваши команды должны написать домой послание. Каждый из участников пишет по предложению, ибо передышка у вас небольшая, но одно условие, написав предложение, должны его закрыть, загнув лист. (*Получилось очень интересное послание*).

***Оборудование:*** 2 стула, 2 листа формата А-4, 2 ручки

**11-й конкурс «Английский джентльмен»**

- Каждый солдат должен уметь маскироваться. Мы выбрали образ английского джентльмена, всегда невозмутимого, самодостаточного. Вот вам реквизит: котелок (миска), усы (карандаш), трость (зонт-тросточка).

***Оборудование:*** 2 стула, 2 миски, 2 карандаша, 2 зонта

**11-й конкурс «Роковая женщина» (вариант)**

- Каждый солдат должен уметь маскироваться. Мы выбрали образ роковой женщины). Реквизит на стуле. 1- й игрок бежит до стула, преображается. Возвращаясь к команде, должен изобразить походку роковой женщины. 2-й игрок переодевается, изображает походку роковой женщины, оставляет реквизит на стуле, возвращается к команде бегом и передает эстафету и т.д.

***Оборудование:*** 2 стула, 2 парика, 2 юбки, 2 платка

*Промежуточное подведение итогов*

Пока жюри подводит итоги, музыкальная пауза

*Слово жюри*

**12-й конкурс «Няньки»**

- В каждом военном городке есть маленькие дети, и рядовым часто приходится исполнять роль нянек. Вот сейчас нашим зрителям вы и покажите, как солдаты справляются с ролью няньки. Первый игрок бежит до стула, одевает куклу, усаживает в коляску, которую катит до команды, и передает эстафету. Второй игрок катит коляску до стула, раздевает ребенка (куклу) и укладывает спать, бегом возвращается к команде и передает эстафету следующему, и т.д.

***Оборудование:*** 2 стула, 2 пупсика, 2 распашонки, 2 ползунков, 2 пары пинеток,

2 чепчика, 2 детские коляски

**13-й конкурс «Звезда для любимой» (полоса препятствий)**

- Солдат должен уметь все, даже достать звезду для своей любимой. Вам надо проползти по скамейке, пройти туннель (наматрасники), влезть на канат, сорвать звезду, по прямой вернуться к команде и передать эстафету.

***Оборудование:*** 2 скамейки, 2 мата, 2 наматрасника, 2 каната, звезды (по числу участников)

**14-й конкурс «Богатырская наша сила»**

- Солдат должен быть сильным. Вот сейчас нам мужчины продемонстрируют свою силушку. (Перетягивание каната).

***Оборудование:*** канат

*Итоговое подведение итогов*

Сценку из солдатской жизни в исполнении девочек

*Слово жюри*

Награждение (торты)

Чаепитие

Разработчик – учитель физкультуры МБОУ «СОШ с. Косьювом» Надуткина Е. В.