

**ПЛАН
ПРОВЕДЕНИЯ
СОРЕВНОВАНИЙ,
ПОСВЯЩЕННЫХ
ДНЮ ЗАЩИТНИКА
ОТЕЧЕСТВА**

ЦЕЛЬ: Прививать любовь к своей Родине, пробуждать интерес к традициям русского народа, воспитывать чувство патриотизма, расширение двигательного опыта учащихся посредством овладения новыми двигательными действиями.

Оформление спортивного зала к празднику.

Подготовка инвентаря.

Оборудование: макет автомата – 2, секундомер – 1, канат для перетягивания и лазания.

1. Построение:

- a) Сдача рапорта.
- b) Поднятие флага.
- c) Гимн России.
- d) Предоставление судейской бригады.

2. В-1. Мы на огненных мчались конях,
на тачанках со взрослыми вместе.

Воевали за жизнь, чтоб звучали в веках

Революции нашей звонкие песни.

В-2. Я, ребята, в должности высокой:

Русский воин, рядовой солдат.

На меня с надеждою глубокой

Все народы пристально глядят.

В-1. Много может родная Земля! Может накормить тебя теплым и вкусным хлебом, напоить родниковой водой, восхитить своей красотой, но защитить себя она сама не сможет. Поэтому защита Отечества, Родной земли – долг тех, кто ест ее хлеб, пьет ее воду, любуется ее красотой.

В-2. Свой праздник мы посвящаем защитникам нашей Родины, которые в тяжелые годы испытаний отстояли ее от врагов.

Выход команд- участниц, их представление.

В-1. Молодому Советскому государству нужна была своя армия. И она была создана – Красная Армия. 23 февраля 1918 года началось массовое вступление добровольцев в КА. Наступление немецких войск на Петроград – в то время столицу Советского государства – было остановлено.

В-2. Этот день – 23 февраля – стал праздником – Днем КА. В 1946 году праздник переименовали в День Советской Армии. Сейчас он называется Днем защитника Отечества.

3. Акробатический номер (девочки).

4. Напутственные слова.

5. «Донесение». Юнармейцы строятся за общей линией старта в колонны по одному. Часто воинам приходится быстро доставлять важную информацию командованию, при этом надо суметь передать в целостности и сохранности, не потерять донесение. Первым участникам вручают по воздушному шару с запиской. Преодолев препятствия, обогнув поворотную стойку, надо возвратиться назад бегом и передать шарик следующему игроку. Какая команда справится с заданием быстрее и в целостности передаст шарик, та и получит от жюри за высокую скорость 1 очко.

6. «Минное поле». Заминирование и разминирование поля. Перед каждой командой разложены обручи, в них мячи баскетбольные, волейбольные и теннисные. По сигналу первый игрок бежит и «разминирует» поле (собирает мячи), передает их следующему игроку, он бежит и «заминирует» поле (раскладывает мячи в обручи и т.д. Побеждает тот, кто первым пересечет линию финиша. Ошибки: нельзя терять мячи, выбегать с линии старта раньше.

7. Сгибание и разгибание рук в упоре лежи. От каждой команды по три игрока.

8. «Бой на переправе». Двое участников из противоположных команд стоят на гимнастической скамейке лицом друг к другу. В руках у каждого маленькая подушка. По сигналу участники боя с помощью легких ударов подушкой по корпусу соперника и обманных движений стремятся заставить его спрыгнуть со скамейки. Побеждает игрок, который берет верх в финальной встрече. Запрещены удары по голове.

9. «Подрывники» - эстафета. Участник бежит с автоматом до мата, проползает тоннель (гимнастический обруч, к которому пришит мешок длиной 4 м), ползет по-пластунски по ящику с «гранатами». Выполняет бросок «гранаты по танку», бегом возвращается к линии старта, передает «автомат» следующему участнику. Оценивается время прохождения дистанции и количество попаданий в цель.

10. Поднимание туловища за 30 сек. От каждой команды по три участника.

11. Конкурс для капитанов «Военный провод». По сигналу командиры одновременно наматывают шнур длиной 8 м на локоть. Побеждает командир, который быстрее всех наматывает шнур.

12. «Штурм высоты». Каждый игрок бежит до каната, лезет по нему с помощью ног, берет вымпел с каната, возвращается в свою команду. Победитель определяется по наименьшему времени, затраченному на выполнение задания.

13. «Транспортировка раненого». Два участника берутся за руки, переносят третьего «раненого», обходят стойку возвращаясь до линии

старта, передают эстафету следующим участникам. Побеждает команда, первой пересекшая линию старта.

14. «Стрелки». Участник бежит змейкой три стойки, преодолевает три барьера, выполняет выстрел из лука по шарик, возвращается по прямой к месту старта, передает эстафету следующему участнику команды. Побеждает команда, первая пришедшая к финишу (1 очко), за каждое попадание в шарик начисляется дополнительное очко.

15. «Перетягивание каната».

16. Построение.

17. В-1. Солнце Родины любимой

озаряет все вокруг,

и взлетает белокрылый

голубь мира с наших рук.

Ты лети, лети по свету

Голубь наш, из края в край,

Слово мира и привета

Всем народам передай!

В-2. Ничего нет лучше, краше

Милой Родины твоей.

Оглянись на предков наших,

На героев прошлых дней.

Вспоминай их добрым словом,

Слава им, борцам суровым!

Слава нашей стороне!

Слава русской старине!

18. Минута молчания.

19. Слово жюри. Подведение итогов. Команды поздравляют друг друга рукопожатием. Команды награждаются грамотами и медальками, под музыку и аплодисменты совершают круг почета.

20. Опускается флаг.

Ведущий благодарит участников, жюри, болельщиков за участие в соревнованиях.