**МУ ДО «Центр туризма, краеведения и морской подготовки» г. Саратов.**

**Сценарий проведения спортивно- воспитательного мероприятия ко дню 8 Марта в объединении «Спортивно-оздоровительная гимнастика». Руководитель объединения - педагог дополнительного образования, мастер спорта СССР Нина Алексеевна Хрулькова.**

**«Кто быстрее»**

**Спорт нам плечи расправляет, на рекорды нас зовет!**

**Цель мероприятия:** 1. Пропаганда здорового образа жизни в семье.

 **Задачи:** 1. Научить детей брать старт. 2. Развить внимание, ловкость, координацию. 3. Воспитать культуру проведения досуга в семье.

**План.**

 Организационная часть. Подготовка зала к проведению мероприятия. Отв. учащаяся Михайлова Варя, Гулиева Айтан.

 Инвентарь: мячи (5-20 см в диаметре), обручи-6 шт., булавы, ленты, бадминтонные ракетки-2шт. Оборудование: Ковер, магнитофон, музыкальные диски.

**Вступление.** 1. Вступительное слово руководителя объединения . 2. Выступление учащихся Пахомкиной Полины, Фокиной Маши, Филипповой Анастасии (стихи посвященные мамам, высказывания великих людей о роли матери в жизни человека).

**Основная часть.** 1. Разминка участников. 2. Выбор судей. 3. Построение команд. 4.Представление команд (название и девиз). 5. Конкурс капитанов. 6. Соревнования команд. 7. Показательные выступления учащихся объединения. – «Элегия» - групповое упражнение с мячами, – «Парад» - упражнение с лентами, - «Веселая скакалка»- упражнение со скакалками, «Юные жонглеры» - упражнение с булавами.

**Заключение.** 1. Подведение итогов соревнования. 2. Награждение участников. 3. Заключительное слово руководителя объединения.

**Анализ.** Участниками « Часа игры» стали 19 учащихся и 5 мам. В результате проведенного мероприятия учащиеся **получили знания** о важной роли физических упражнений **для сохранения здоровья**, Они приняли участие в 10 различных эстафетах, то есть они **10 раз брали старт**. 4 эстафеты были новыми для них и требовали выработки особого **внимания и координации** движений. Впервые в эстафетах приняли участие совсем маленькие дети в возрасте 6 лет, **помощь** других **участников команды** допускалась, было видно, как они бережно относились к малышам. И самым главным результатом проведенного мероприятия стал огромный всплеск **положительных** эмоций. **Участие родителей** в конкурсах придавало детям подъем сил и работоспособности, благотворно сказалось на общем доброжелательном фоне проведения Часа здоровья.

**Спортивные игры - эстафеты.**

 Команды построены в 2 колонны.

 1. «Передай мяч». Участники передают мяч сверху на вытянутых руках назад. Последний участник в колонне перебегает вперед. Кто быстрее.

* «Тоннель». Участники катят мяч по полу между ног от первого игрока до последнего. Последний игрок с мячом перебегает вперед. Кто быстрее.
* «Передай мяч справа». Участники передают мяч руками справа от первого игрока до последнего. Последний игрок с мячом перебегает вперед.
* «Передай мяч слева». То же, что и №3.
* «Грибочки». Команды выстраиваются в шеренгу. Капитан команды бросает мяч 1-му игроку, тот бросает обратно капитану и садиться. Чья команда быстрее сядет на коврик.
* «Переправа». Каждой команде дают 2 обруча, нужно перешагивая в обруч и переставляя один из них вперед дойти до финишной черты, обратно бегом, передать обручи следующему игроку.
* «В одной упряжке»». В одном обруче бегут до финиша и обратно 2 участника.
* «Мяч на ракетке» В центре дистанции ставится стул. Нужно пронести мяч на ракетке и обойти стул в центре, дойти до финиша и обратно.
* « Положи мяч» 1 игрок бежит с мячом в руках к финишу и кладет мяч его там. 2 игрок должен добежать до финиша, взять мяч и передать следующему игроку.
* "Положи два мяча" 1 игрок бежит с двумя мячами к финишу и кладет его там. 2 игрок должен добежать до финиша, взять их и передать следующему игроку.
* Перешагивая через вдвое сложенную скакалку дойти до финиша, обратно бегом.

Конкурс капитанов.1. Кто больше назовет имен чемпионов ХХХI Олимпийских игр в Рио-де-Жанейро из команды России.2. Конкурс " хозяюшка" положить на стул фартук и косынку, кто быстрее оденет их на себя. 3. Кто больше скажет пословиц о труде и спорте.\*

**\*19 чемпионов ХХХI Олимпийских игр в Рио-де-Жанейро команды России**

**1. Беслан Мудранов -** дзюдо.

**2. Яна Егорян -** фехтование на саблях.

**2. Хасан Халмурзаев -** дзюдо.

**4. Инна Дериглазова -** фехтование на рапирах.

**5. Команда российских рапиристов,** мужчины.

**6. Команда российскихсаблисток,** женщины.

**7. Алия Мустафина -** спортивная гимнастика,брусья.

**8. Екатерина Макарова, Елена Веснина -** теннис.

**9. Роман Власов -** греко-римская борьба.

**10. Давит Чекветадзе -** греко-римская борьба.

**11. Евгений Тищенко -** бокс

**12. Наталья Ищенко, Светлана Ромашина –** синхронное плавание.

**13. Команда по синхронному плаванию.**

**14. Женская сборная по гандболу.**

**15. Маргарита Мамун -** художественная гимнастика.

**16. Абдулрашид Садулаев -** вольная борьба.

**17. Александр Лесун -** пятиборье.

**18. Сборная команда** по художественной гимнастике.

**19. Сослан Рамонов** - вольная борьба.

Список литературы.

1. Концепция развития дополнительного образования детей в РФ от 2014г. 2. Кулькова И.Н. «Ловкие ноги» Здоровье детей №1 2014г. 3. Страковская В.Л. «300 подвижных игр для оздоровления детей» Москва. Новая школа. 1994г.