

## **«Кубок мужества» - спортивно – развлекательная программа.**

Накануне празднования дня воинской славы России и полного освобождения города Ленинграда от фашистской блокады в государственном бюджетном учреждении социального обслуживания Краснодарского края «Красноармейский психоневрологический интернат» в спортивном зале была проведена спортивно – развлекательная программа «Кубок мужества».

Участниками соревнования были проживающие 3 корпуса 14 человек.

Спортивные и подвижные игры полезны людям любого возраста. Физическая активность, сопряжённая с соревнованием и азартом даёт ни с чем несравнимое удовольствие.

Спорт позволяет предотвратить накопление лишнего жира, усилить мышцы, укрепить связки.

Навыки мыслительной деятельности – речь, память, общение, концентрация внимания также улучшаются во время спортивных соревнований. Игры с мячом самые динамичные и популярные. Современные спортивные игры с мячом, главным образом, командные.

Участников спортивного соревнования разделили на две команды «Зенит» и «Спартак».

### **Игры:**

- 1) - Передача мяча через голову и обратно, чья команда справится быстрее, та команда победитель.**



В этой игре победила дружба, обе команды одновременно справились с заданием.



**2) – Пробежать между расставленными кеглями с мячом, ударяя мяч ладонью и не задев кегли.**



**В этой игре победителем стала команда «Зенит».**

Решили усложнить эту игру, поставили кегли в один ряд и участники должны были пройти с мячом между кеглями, ударяя его ладонью об пол.

Команды ещё с большим настроением приступили к игре, дух соревнования значительно возрос.



**Но опять победила команда «Зенит».**



**В этой игре победила команда «Спартак». Все им аплодировали.**



Ребятам так понравилась эта игра, что судьи решили ещё немного изменить условия. Ребята должны были бежать зигзагом между кеглями бросать мяч и ловить его.



**3) – Пробежать со скакалкой вокруг кольца и вернуться назад, передав скакалку следующему.**



**4) – Закончились соревнования футболом, необходимо было прогнать мяч вокруг кольца и передать следующему участнику.**

**Со счётом 11 : 7 победила команда «Зенит». Все участники были награждены сладкими подарками.**

Совместная игра воспитывает дружбу и взаимопомощь, нацеливает на победу, вырабатывает привычку к активному проведению досуга и укрепляет здоровье.