**Отчёт о работе инструктора по спорту Шабановой Е.А.**

**в Нижнедевицком районе за март 2024 года.**

Количество часов, предоставленных населению на безвозмездной основе по программе «Фитнес для женщин» (21 человек), - 24.

6 марта инструктором по спорту Шабановой Е.А. был подготовлен и проведён спортивный праздник для женщин группы "Фитнес".

Сценарий конкурсно - спортивной программы.

«А.ну-ка.бабушки», посвященной международному женскому дню.

Дата проведения: 6 марта 2024 г.

Место проведения: танцевальный зал МКУ ДО «Нижнедевицкий Дом пионеров

Начало 18.00.

Цель и задачи:

1.       Укрепление связи между поколениями;

2.       Пропаганда здорового образа жизни и спорта для людей любого возраста;

3.       Формирование доброго, уважительного отношения к старшему поколению.

4.       Создание позитивного, праздничного настроения у аудитории.

Ход мероприятия:

Ведущая: Секрет долголетия человека заключается в умении укреплять, закалять и сохранять свое здоровье. И кто же, как не вы может научить младшие поколения выдержки и целеустремленности. Сегодня, я подготовила вам спортивно – конкурсную программу «Секреты нашей молодости», где вы и продемонстрируете молодому поколению свои способности и знания как оставаться вечно молодыми, активными и творческими!

Все вы бабушки и дедушки и все мы знаем, как вы любите баловать своих внуков, кормить их вкусными пирожками, поддерживать их в начинаниях и подпитывать силы маленьких спортсменов. Так вот, чтобы испечь пирожки и накормить своих дорогих внуков после тренировок, чтоб они восстановили свои силы, нужно приготовить начинку. Поэтому, я вам предлагаю, сначала ее посадить, а на нашем волшебном поле она очень быстро вырастет.

«Посадка картофеля»

Создаются две команды по шесть человек. Первый участник должен посадить картошку (мяч в обруч), следующий участник выкопать.

Ведущая:

 Пенсионер не значит старый!  
Ошибочно так говорить о тех,  
За чьей спиною опыт бравый,  
Достойный образ жизни, добрый смех!  
Расскажут пожилые нам про юность,  
А мы услышим в каждом слове мудрость,  
Воспитанность и чистоту души!

«Полотёры»

Две команды соревнуются в скорости натирания полов швабрами.

Конкурс – эстафета «Фасоль»

1 участник команды бежит, обручем вспахивая поле, 2-й сажает фасоль, 3-й складывает в банку. Все выполняют по очереди.

«Я художник!»

Ведущая: Я знаю, что вы не только спортивные, но и творческие. Поэтому наш следующий конкурс «Я художник». Для участия в конкурсе приглашаю к себе три команды по 4 человека. Один человек держит фломастер. Остальные по – очереди, двигая листом, рисуют дом, с закрытыми глазами. Первый рисует квадрат и окно, второй крышу и трубу, третий дверь и дерево, растущее рядом с домом!

«Боулинг»

Ведущая: А сейчас я предлагаю вам поиграть в боулинг и проверить, кто является самым метким. Перед вами расставлены кегли, сейчас нам понадобятся по три человека из каждой команды. Вам выданы на команду по мячу, у каждого участника по три попытки. Мы будем подсчитывать общее количество выбитых кеглей, чья команда больше выбьет, та и победила. Участники готовы, начали.

«Сплошное надувательство!»

Ведущая: Совсем скоро наступит праздник - 8 Марта. В этот день все девочки и женщины должны быть красивыми и нарядными и….сильными, поэтому наш следующий конкурс для самых сильных духом. Вам будут выданы воздушные шары, ваша задача надуть их очень, очень быстро, а внучата должны их проколоть зубочисткой. Приглашаю по одному участнику от команды. Участники готовы, начали. Аплодисменты участникам!

Не болейте, не старейте

Не сердитесь никогда,

Вот такими молодыми

Оставайтесь на всегда!

А я с вами прощаюсь, пусть ваш задор озаряет лица ваших близких, пусть хворь и неудача обходят вас стороной! До свидания!

На мероприятии присутствовало 2 команды бабушек – 10 человек, команда внучат – 10 человек, зрители – 12 человек. Охват мероприятием 32 чел. <https://ndpioner.obrvrn.ru/life/event/262192/1012074/>

25 марта создана команда муниципалитете «Шагаем по Нижнедевицку» в количестве 56 чел для участия во Всероссийском проекте «Каждому муниципалитету - умный маршрут здоровья 2024-2025»

27 марта пройден онлайн-инструктаж по проведению акции 7 апреля «10000 шагов к жизни» <https://vk.com/video-77565823_456239276>

 

 