Согласно плану

проведения

месячника оборонно-массовой

и спортивной работы.

**Мероприятие для обучающихся 5-6 классов:**

**«Звезда».**

**(военно-спортивные эстафеты)**

(реквизит и инвентарь: 4 скакалки, 4 мяча, 4 стойки, 4 маленьких мяча, 4 рюкзака, 4 туристических коврика, 4 спальных мешка, 4 защитные жилетки (черные), 4 маски, 4 обруча,

В игре принимают участие 6 человек. Возможна замена участников команды по ходу игры.

**Под звуки торжественного марша в зал входят участники соревнований, встают на свои места.**

Вступительное слово. Приветствие команд, классных руководителей, гостей, членов жюри.

**музыкальная отбивка**

1 конкурс: «Разминочный» - допрыгать до заданного ориентира, зажав мяч между ног на уровне колен, бросить мяч в корзину (за попадание + 0,5 балла), таким же способом вернуться на старт, передав эстафету следующему участнику.

**Инвентарь: 4 б/б мяча.**

**музыкальная отбивка**

2 конкурс: «Скакалочно-обручальный» - участники каждой команды прыгают на скакалке до заданного ориентира, оставляет ее возле стойки возвращается, прыгает через обруч, вращая его через себя. Передать эстафету следующему участнику.

**Инвентарь: 4 скакалки, 4 стойки, 4 обруча.**

**музыкальная отбивка**

3 конкурс: «Рюкзачечный» Одеть рюкзак, застегнуться, оббежать стойку, вернуться к старту, передать эстафету следующему.

**Инвентарь: 4 рюкзака, 4 стойки**

**Флешмоб.**

Слово жюри. Подведение итогов 3 эстафет.

**музыкальная отбивка**

4 конкурс: «Стрелковый» (участвуют 2 человека от команды) - добежать до заданного ориентира, надеть жилет, маску, лечь на коврик, забросить теннисный мяч в корзину. За попадание – 0,5 балла.

**Инвентарь: 4 теннисных мяча, корзина для мячей, 4 жилета, 4 маски, 4 коврика**

**музыкальная отбивка**

5 конкурс: «Красный крест» (участвуют 2 человека: раненый и санитар). По жребию определяется ранение для каждой команды. Проводится конкурс на время.

**Инвентарь: бинты, секундомер**

**музыкальная отбивка**

6 конкурс: «Матросский» - перетягивание каната («круговой»).

**Инвентарь: канат**

**музыкальная отбивка**

7 конкурс: «Большая заключительная эстафета!

Сделать 10 прыжков со скакалкой, пролезть под малым барьером, сделать кувырок вперед-кувырок назад, перелезть через большой л\а барьер, пролезть в обруч, перепрыгнуть через малый барьер с 2 ног на 2, , взять из корзины мяч – выполнить 1 бросок в кольцо – положить мяч в корзину, обратно возвратиться бегом, залезть в спальный мешок, застегнуться и поднять ноги вверх – это сигнал для старта следующего участника. За попадание в кольцо +0,5 балла, за снос барьера, невыполненный кувырок– 0,5 балла

**Инвентарь: 4 коврика, 8 малых барьеров, 4 л\а барьера, 4 гимнастических мата, 4 скакалки, 4 обруча, 4 б/б мяча, корзина для мячей, 4 спальных мешка.**

2 флешмоб.

Слово жюри. Объявление результатов соревнований.

**Под звуки торжественного марша участники соревнований выходят из зала.**