**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении спортивного праздника «А ну-ка, парни!», посвященного Дню защитника отечества.**

***Цель***: Воспитание патриотизма у учащихся.

***Задачи***: 1. Воспитывать уважение к Вооруженным силам РФ.

2. Привлечь к систематическим занятиям физкультурой и спортом.

***Руководство***. Общее руководство осуществляет заместитель директора по воспитательной работе. Непосредственное руководство возлагается на учителей физической культуры.

***Место и время проведения.*** Соревнования проводятся 22 февраля 2011 года, в спортивном зале школы №109, начало в 13.00. Сбор участников в 12.30.

***Участники***. К участию допускаются мальчики 4-5 классов школы. Состав команды 10 человек (8 основных, 2 запасных)

***Заявка***. Заявка в произвольной форме подается представителем за 3 дня до начала соревнований учителю физической культуры Иванову С.Л.

***Программа***. Соревнования состоять из 8 эстафет:

1. **Встречная эстафета.**

И.п. – участники стоят в колонне, у первого участника – эстафетная палочка. Напротив колонны в обруче стоит капитан. № 1 бежит к капитану, передает эстафетную палочку и становится в обруч. Капитан, получив эстафетную палку бежит к своей команде и т.д.

* Ошибки: - преждевременный выход участников.

- потеря инвентаря.

- нарушен ход эстафеты.

1. **Эстафета «Туда-сюда».**

И.п. – участники стоят в колонне. Напротив расположены 3 обруча и стойка. В ближнем обруче лежат 2 набивных мяча. № 1 бежит к 1 обручу, берет один мяч и перекладывает во второй обруч, возвравщается за вторым мячом и перекладывает его в 3 обруч, после чего оббегает стойку, возвращается своей команде и т.д. №2 перекладывает мячи в обратном порядке.

* Ошибки: - преждевременный выход участников.

- мяч выкатился из обруча.

- сбита стойка или обруч.

- нарушен ход эстафеты.

1. **Эстафета «Тоннель».**

И.п. – участники стоят в двух колоннах, образуя пары. Напротив колонны расположены три больших обруча и стойка. Первая пара, взявшись за руки, бежит к первому обручу. Один из пары поднимает обруч, другой пролезает в него и бежит к стойке, обегает её и бежит к своей команде. Вторая пара, взявшись за руки , пролезает в обруч, который держит участник из первой пары, один из пары поднимает обруч, один пролезает в него и бежит к стойке т.д. То же самое выполняет третья пара. Последние два участника по очереди пробегают под обручами, обегая стойку.

* Ошибки: – участники в паре, выполняя бег, пролезание в обруч, не держатся за руки.

- сбита стойка или обруч.

- преждевременный выход.

- нарушен ход эстафеты.

1. **Эстафета «Переправа».**

И.п. – участники стоят в колонне. У № 1 два малых обруча. Напротив колонны в обруче располагается капитан. № 1, перекладывая дощечки руками, перемещается по ним до обруча.. Капитан возвращается с помощью обручей обратно. №2 приступает к выполнению задания, когда капитан пересечёт линию финиша. И т. д.

* Ошибки: - преждевременный выход.

- участник при перемещении по дистанции становится на пол.

- нарушен ход эстафеты.

1. **Эстафета «Тачанка».**

И.п. – в колонне участник № 1 занимает положение упор лёжа, № 2 держит его за ноги. Напротив колонны расположена стойка. № 1 перемещается в упоре лёжа до стойки. После происходит смена ролей.

* Ошибки: - преждевременный выход.

- преждевременная смена ролей.

-нарушен ход эстафеты.

1. **Эстафета «Баскетболисты».**

И.п. – участники стоят в колонне, у № 1 в руках баскетбольный мяч. Напротив расположены четыре стойки. № 1 ведением мяча обводит стойки, обратно ведет мяч по прямой.

* Ошибки: - преждевременный выход.

- сбита или не обведена стойка.

- нарушен ход эстафеты.

1. **Эстафета «Гонка обруча».**

И.п. – участники становятся в круг, взявшись за руки. На руке у капитана висит обруч. Не расцепляя рук, пролезая в обруч, прогнать его по кругу до руки капитана.

* Ошибки: - руки участников расцеплены.

Примечание. Каждая команда выполняет задание отдельно на время.

1. **Конкурс капитанов.**

Ведение футбольного мяча, обежать стойку, взять мяч в руки и передвигаться обратно в низком приседе по прямой. Поставить руки на финишную линию – 10 отжиманий. Встать.

Примечание. Каждый капитан выполняет задание отдельно на время.

* Ошибки:- сбита или не обведена стойка.

- нарушен ход эстафеты.

***Определение победителя.*** Команда, завершившую эстафету первой, получает одно очко, второй, - два очка и т.д. Окончание эстафеты фиксирует судья при команде. В каждой эстафете количество набранных штрафных очков прибавляется к месту, занятому в эстафете. Команда, набравшая наименьшее количество очков во всех эстафетах, занимает 1 место.

***Награждение.*** Команды награждаются призами и грамотами.