**«Утверждаю»**

**Директор МБОУ-СОШ №4**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Б. Федченкова**

22 сентября 2011 года

**ПЛАН**

**проведения Дня туризма в МБОУ-СОШ № 4.**

Дата проведения: 23.09.2011.

Место проведения: стадион (спортивная площадка).

1-4 классы. Время проведения: 10.30- 11.30

1.Построение, приветственное обращение к учащимся.

2. Проведение эстафет с элементами туризма.

3. Подведение итогов мероприятия.

5-7 классы. Время проведения: 11.40- 12.50

1.Построение, приветственное обращение к учащимся.

2. Проведение эстафет с элементами туризма:

- «Переправа»;

- «Перенос раненого»;

- «Преодоление болота»;

- «Перенос рюкзака».

3. Движение по станциям:

- укладка рюкзака;

- ориентирование на местности;

- отгадай загадки;

- сложить костёр;

- подай сигнал;

- найди ключ.

4. Подведение итогов мероприятия.

8-11 классы. Время проведения: 13.00-14.30

1.Построение, приветственное обращение к учащимся.

2.Движение по станциям:

- укладка рюкзака;

- ориентирование на местности;

- сложить костёр;

- подай сигнал;

- найди ключ;

- наложение повязки;

- викторина;

- установка палатки.

3. Эстафета

3. Перетягивание каната

4. Подведение итогов мероприятия.

Руководитель методического объединения

учителей физической культуры и ОБЖ О.С. Ещенко

**Эстафеты с элементами туризма для 1-4 классов.**

1. **«Перенос рюкзака».** Первый участник с рюкзаком на плечах бежит, оббегает фишку, возвращается назад и передаёт рюкзак следующему участнику. И так вся команда. Побеждает тот, кто быстрее выполнит задание.
2. **«Преодоление болота».** На земле разложены обручи, изображающие кочки на болоте. Задача участников по кочкам преодолеть болото, вернуться и передать эстафету следующему участнику.
3. **«Костёр».** У каждого участника в руках палочка для костра. Первый участник бежит к месту костра (обручу) и кладёт туда палочку, возвращается и передаёт эстафету следующему. Побеждает тот, кто быстрее выполнит задание.
4. **«Переправа».** Два участника внутри обруча от линии старта бегут к фишке (противоположному берегу). Один выходит из обруча и остаётся, а другой бежит за следующим. И так до тех пор, пока вся команда не переправится на противоположный берег.
5. **«Сбор урожая».** Первый участник с ведром в руках бежит к обручу, где лежат фрукты и овощи, берёт один из них, кладёт в ведро, возвращается и передаёт эстафету следующему. Побеждает команда, которая быстрее «соберёт урожай».
6. **«По извилистой тропинке».** Бег по указанному направлению, оббегая фишки (кегли), перепрыгивая через препятствия до фишки и обратно. Побеждает тот, кто быстрее выполнит задание.
7. **«Перенос груза».** В руках у первого участника два баскетбольных мяча. Необходимо добежать до фишки, вернуться назад и передать «груз» следующему.

**За победу в каждой эстафете команда получает три очка, за поражение- одно.**