Для 3-4 классов.

1.Построение команд.

2.Девиз и эмблема команды(каждая команда докладывает о готовности к соревнованиям жюри, говорят девиз и передают эмблему).

3.Повороты на месте(капитан подаёт команды и все выполняют).

4.Эстафета с противогазом: одеть правильно противогаз добежать до стойки и передать противогаз другому, бежать разрешается только после надевания противогаза.

5.Полоса препятствий: добежать до скамейки, лечь на живот, подтянуться до конца скамейки, встать и бежать до «мышеловки»(над матами натянуты длинные верёвки на маленькой высоте от мата) пролезть ,оббежать стойку и проделать такой же путь обратно, передать эстафету.

6.Эстафета «тачка»: один игрок берёт за ноги другого и тот передвигается на руках до стойки ,а обратно идёт другой на руках.

7.Расшифруй донесение: каждой команде даётся ключ «азбуки морзе» и донесение ,которое нужно расшифровать на время.

8.Викторина: каждой команде по очереди задают по 2вопроса.

9.Составь пословицу: из разбросанных слов составить пословицу.

10.Конкурс подтягивание: от каждой команды по одному человеку для выполнения задания.

11.Конкурс сгибание рук в упоре лёжа: от каждой команды по одному человеку для выполнения задания.

12.Конкурс прыжки со скакалкой: от каждой команды по одному человеку для выполнения задания.

13.Перетягивание каната: команды перетягивают канат поочерёдно друг с другом.

14.Подведение итогов конкурса «А ну-ка, мальчики!»

Жюри объявляет результаты и награждает победителей.

 **Провела Грибенко В.В.**