**ВОЕННО-СПОРТИВНЫЕ ЭСТАФЕТЫ**

**IV КЛАССЫ**

**РЫЦАРСКИЙ ТУРНИР**

Учитель физической культуры

Третьякова Елена Николаевна

ГБОУ №320 Приморского р-на

**СЦЕНАРИЙ ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЯ**

**Цель:** Воспитание интереса к занятиям физкультурой и спортом, развитие двигательной активности учащихся.

**Место проведения:** спортивный зал.

*Построение участников турнира.*

Учитель: Издревле мужчина олицетворял мужество, отвагу ,честь, силу. Он был почтителен к старшим,уважителен к сверстникам,благосклонен к младшим.

В тяжелую годину закрывал свое отечество. Всегда был надежной опорой и защитой родного очага, родных и близких. Сегодня в турнире будут состязаться учащиеся 4х классов. Они продемонстрируют нам свои физические и моральные качества.

Удачи всем участникам.

*Выступление танцевального кружка.*

*Основная часть.*

1. **Разминка**

Команды построены в колонну по одному. По команде « Марш!» первый участник бежит к флажку, обегает его и бежит обратно, передает эстафетную палочку в правую руку партнера.

Сам пробегает с правой стороны строя и становится в затылок команде.

1. **Барон Мюнхгаузен**

И.П. Колонна по одному. Первый участник садится на фитбольный мяч и, прыгая на мяче, двигается к флажку и обратно возвращается к команде, передает мяч следующему.

1. **Ведение баскетбольного мяча с изменением направления.**

От старта до флажка по прямой разложены через 2 метра три малых обруча.

Задача: вести баскетбольный мяч, обводя обручи по переменно слева , справа, обвести флажок и вернутся к команде. Передачу мяча выполняют из рук в руки.

1. **Метание в цель.**

С расстояния шесть метров бросить теннисный мяч в горизонтальную цель (1м х 1м). Зачитываются только прямые попадания. Побеждает самая меткая команда

1. **Равновесие.**

И.П. команд : в колонну по одному. В двух метрах от старта гимнастическая скамейка в длину.

Пройти в равновесии с кубиком на голове по скамейке, соскок на мат, добежать к флажку и обратно бегом.

1. **Полоса препятствий**

И.П. стоя в одну колону.

Инвентарь: гимнастическая скамейка, мат, барьер высотой 50 см, стул.

По команде «Марш» бег до гимнастической скамейке, лечь на скамейку животом – проползти по скамейке, подтягиваясь руками, соскок на мат, лечь на мат поперёк и выполнить перекат на 720\*, перепрыгнуть с разбегу барьер, проползти под стулом и обежать флажок. Выполняя те же задания – возвращаются в колонну.

*Выступление танцевального кружка.*

*Построение команд для подведения итогов.*

*Награждение победителей.*