Утверждаю:

Директор МОУ « СОШ № 12»

Е.А.Чаленко

« »\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2015г.

**ПОЛОЖЕНИЕ**

**о проведении школьной спортивной эстафеты**

**посвящённой Дню закрытия пришкольного оздоровительного лагеря.**

**ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ**

1.Развитие спортивно-массовой работы среди подрастающего поколения.

2. Развитие физических и волевых качеств у детей и подростков города.

3. Пропаганда и популяризация здорового образа жизни среди подростков.

**МЕСТО И СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ**

**Спортивный стадион. Начало в 10.00 час.**

Эстафета проводится в семь( 7 ) этапов:

1 этап – бег по кочкам (вся команда)

2 этап – игра «Близнецы» (вся команда)

3этап – игра « Шуточный футбол» ( вся команда)

4 этап – игра «Смешная эстафета»( вся команда)

5 этап – игра «Самый ловкий» ( вся команда)

6 этап – бег через препятствия ( вся команда)

7 этап – Игра « Хвост дракона» ( вся команда).

**УЧАСТНИКИ**

В эстафете принимают участие дети летнего пришкольного оздоровительного лагеря.

Количество человек в команде **– 10** **чел. (5** **девочек, 5** **мальчиков)** **и группа поддержки**.

**Команда должна иметь спортивную форму одежды, головной убор.**

Каждая команда должна иметь **название,** **девиз и элементы атрибутики** (отличительные знаки команды).

**СОДЕРЖАНИЕ ЭСТАФЕТЫ**

**Эстафета состоит из 7 этапов.**

**1 этап – Бег по кочкам**

- на старте выстраиваются участники команд, по команде «марш», участники передвигаются « по кочкам», используя для этого поочерёдно, два малых обруча( из обруча в обруч, перестовляя их вперёд). У границы он набрасывает обруч на стойку, потом бежит обратно и передаёт эстафету следующему. Следующий участник добегеает до стойки берёт обручи и передвигается

« по кочкам» обратно к линии старта. Дистанция эстафеты составляет 15 метров, по последнему, засекают время команды.

**2 этап – игра « Близнецы»**

-на старте выстраиваются представители команды, участники сцепляются парами, между ними мяч. По команде «марш», бегут в таком положении до стойки, обегают её, и возвращаются обратно, передовая эстафету другой паре. Дистанция эстафеты, составляет 15 метров. Время засекается по последнему (**Главное не уронить мяч)**

**3 этап – Игра «Шуточный футбол».**

- по команде «марш», первые участники должны провести шар до препятствия и обратно, передав его следующему. Шар можно вести только палочкой, **касаться руками мяча нельзя**( штраф – снятие балла). Время засекается по последнему. Дистанция 15 метров

**4 этап – Игра «Смешная эстафета»( вся команда)**

- по команде «марш», участники начинают движения **( в мешках**). Дистанция 15 метров. Время засекается по последнему

**5 этап – игра « Самый ловкий» ( вся команда)**

- по команде «марш», участники начинают движения(**бег**) с одновременным вращением обруча до отметки. Дистанция 15 метров. Время фиксируется по последнему.

**6 этап – бег через препятствия.**

**-** для каждой команды устанавливаются три барьера, на расстоянии между барьерами два метра. По команде « марш», участники начинают бежать, перепрыгивая через барьеры. Время по последнему ( **уроненный барьер – минус балл**)

**7 этап – Игра « Хвост дракона» ( вся команда) .**

**-** участники команды выстраиваются в колонну, при этом руки должны находиться на талии впереди стоящего участника. По команде «марш», направляющий 1-ой команды должен поймать замыкающего 2-ой команды, а направляющий 2-ой команды, должен поймать замыкающего 1-ой команды. Победит тот кто быстрее выполнит задание**.( Главное требование: - нельзя допускать расцепление участников команды, если это произошло – команда проиграла.)**

**Подведение итогов конкурса:**

**-** победители определяются по **наибольшей сумме баллов**.

Команды победители награждаются дипломами .

**Положения разработали:**

Начальник летнего, пришкольного

лагеря труда и отдыха « Кадеты» И.И.Овсиенко

Начальник трудового отряда Р.М. Селина

Воспитатель пришкольного лагеря « Солнышко» Е.В.Кученкова