

## 6. Комбинированная эстафета

Подтягивание на перекладине

Преодоление 1 метровой забора

Пробег по гимнастическому бревну

Лазание по канату

Прыжок через гимнастического козла

Метание мяча в цель (до попадания)

Обратно без задания.

## 9. Определение победителей

Победитель определяется по наименьшей сумме мест, занятых во всех видах.

При равенстве очков преимущество имеет команда, имеющая большее количество побед в отдельных видах

## 10. Награждение

Победители и призеры награждаются грамотами, медалями и памятными призами.

## Ход праздника

Построение команд под музыку.

Ведущая

- Приветствует участников, гостей, зрителей.
- Представление зрителям судей, жюри, команды
- Предоставляется слово для поздравления гостям
- Предоставляется слово директору школы, который открывает праздник.
- Предоставляет слово главному судье соревнований.

Главный судья объявляет праздничные эстафеты и конкурсы

### 1. Эстафета «Меткий баскетболист»

Бег с ведением баскетбольного мяча, бросок в кольцо один раз.

### 2. Конкурс «Силачи»

От каждой команды приглашается по два участника. Упражнение подъем гантели за 30 секунд. Результаты участников суммируются.

### 3. Конкурс «Строя и песни»

Команда в составе 11 учащихся выполняют строевые приемы на месте, перестроение прохождение с песней.

### 4. Конкурс «Баскетбол-шоу»

От каждой команды приглашаются по 3 участника. Упражнение – броски в цель на стене со штрафной линии в течении 30 секунд. Результаты участников суммируются.

### 5. Конкурс «медицинская подготовка»

От каждой команды участвуют 3 девушки. Ответы на вопросы и оказание первой медицинской помощи.

## **Методическая разработка внеклассного мероприятия**

### **по физической культуре Турковой Эльвиры Фанисовны**

#### **Праздник, посвященный Дню защитника Отечества.**

##### **Цели и задачи:**

- Привлечение учащихся к активным занятиям физкультурой и спортом, воспитание чувства коллективизма взаимовыручки.
- Пропаганда здорового образа жизни и воспитания патриотического чувства к Родине.

##### **Время и место проведения:**

Спортивный зал МОУ СОШ №1, в 13-00

Участники соревнований – команды из 11 участников 5-х классов.

##### **Виды состязаний и их оценивание:**

- Спортивный очерк: учащимся необходимо написать очерк на листе ватмана о своей команде (спортивные достижения, рисунки, шутки про свою команду и т.д.) Максимальная оценка – 4 балла.
- Спортивная форма: нарисовать герб, флаг, другую атрибутику своей команды. Максимальная оценка 4 балла.
- Представление команды: спортсмены представляют свою команду в любом художественном жанре. Максимальная оценка 4 балла.
- Эстафеты, конкурсы. Максимальная оценка 4 балла.