УТВЕРЖДАЮ

Директор НОУ Православной гимназии

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Чурбанов М.Г.

« »\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2014г

**Положение**

**о проведении спортивного праздника «Муравейник»**

**1.Цели и задачи:**

-привлечение учащихся к регулярным занятиям физической культурой и спортом;

-пропаганда здорового образа жизни;

-пропаганда занятий физической культурой и спортом;

-содействие активному отдыху, укреплению здоровья;

- повышение уровня физической подготовленности занимающихся ;

- формирование морально- нравственных качеств;

-повышение интереса к занятиям физическими упражнениями и внедрением физической культуры в повседневную жизнь

**2. Организаторы соревнований.**

Непосредственное проведение соревнований возлагается на Тюлюмову А.Г., а также на судейскую коллегию в состав которой входят учителя Православной гимназии.

**3. Место и сроки проведения:**

Место проведения: с\з Норд, г. Югорск

Дата проведения: 26 декабря 2014г

Время проведения: 11.00

Регистрация участников: 10.45

**4. Участники и условия допуска к соревнованиям:**

К участию в соревнованиях допускаются все дети православной гимназии имеющие допуск врача.

Количество команд 5-7 ( в зависимости от количества присутствующих)

Состав команд 8- 10 человек.

**5. Оборудование и инвентарь:**

Мяч баскетбольный- 1шт; скакалка 1 шт; фитбол -1шт; кольцеброс-1 шт; стойки- 4 шт.; обруч- 1шт; теннисная ракетка и шарик 1шт; воздушные шары- 100 шт; мяч волейбольный -3шт, ; свисток; ватман -1шт; ручки; протоколы;магнитофон; жетоны.

**6. Медицинское обеспечение.**

Соревнование проводятся в сопровождение мед. персонала.

**7. Награждение**.

Все дети принимающие участие в соревнованиях награждаются сладкими призами (грамотами).

**8. Финансовые условия соревнований**.

Расходы связанные с проведением соревнований несет НОУ «Православная гимназии преподобного Сергия Радонежского».

Положение разработала учитель физ. культуры Тюлюмова А.Г.

**Программа спортивного праздника «Муравейник» для учащихся**

**1- 5 классов,**

**посвященного «Рождеству Христову»**

Все учащиеся делятся на команды по 8-10 человек (в зависимости от присутствующих)

Представитель каждой команды подходит к судейской столику, где путем жеребьевки вытягивает загадку. Задача участвующих отгадать загадку (ответ на загадку и будет названием команды), на листочке также написан номер , под которым их команда будет принимать участие в соревновании.

Каждой команде на прохождение всех станций будет отведено 4 -5 минут.

Участник, выполнивший задание на станции, получает 1 жетон, который он должен отнести к судейскому столику, только после этого участник может бежать на другие станции.

После свистка жетоны не принимаются.

**Загадки:**

1.Будет громче всех реветь

Растревоженный –**медведь**

2.Обитает в речке Нил

Злой, зубастый-**крокодил**

3.Под соснами, под ёлками

Лежит клубок с иголками-**еж**

4.Вот еще один зверек

В сумке носит кошелек,

Ловко прыгает в длину

Австралийский- **кенгуру**

5.В Антарктиде среди льдов

Ходит в фраке день деньской.

Крылья есть, но не летает,

Лихо в прорубь он ныряет,

Очень важный господин

а зовут его пингвин - **пингвин**

6. Возле речек и болот

Этот тучный зверь живёт.

На носу имеет рог

Африканский **...носорог**

7.В жаркой Африке гуляет,

Длинной шеей удивляет,

Сам высокий, будто шкаф,

Жёлтый, в пятнышках …**Жираф**

8.Всю ночь летает - мышей добывает.

А станет светло - спать летит в дупло-**сова**

9.На овчарку он похож,

Что ни зуб - то острый нож,

Он бежит, оскалив пасть,

На овцу готов напасть-**волк**

**Очередность команд:**

1 Медведи. 2.Крокодилы. 3 Ежи. 4.Кенгуру. 5.Пингвины. 6.Носороги.7.Жирафы . 8.Совы. 9.Волки.

**Станции:**

**1**. Прыжки на скакалке ( 5 раз)

**2**. Ведение баскетбольного мяча вокруг стойки.

**3**. Вращение обруча вокруг туловища (5 раз)

**4**. Набивание мяча на теннисной ракетке ( 5 раз)

**5.** Прыжки на фитболе вокруг стойки

**6**. Попадание колец в кольцеброс (5 раз)

**7.** Перенос мячей из одного обруча в другой (1 раз)

**8.** Бег по кочкам. Прыжки из обруча в обруч до стойки, обратно бегом

**9.** Приседание (5 раз)

Выигрывает команда, набравшая большее количество жетонов.

После прохождения всеми командами станций, проводится игра:

**«Перестрелка»**

Все участники делятся на две команды и выстраиваются на противоположные стороны зала. Каждой команде выдается равное количество шаров разных цветов. Задача участников на протяжении 2 мин. перебрасывать воздушные шары друг другу (только руками), выигрывает команда, на чьей стороне по истечению 2 минут останется меньше шаров. По окончании времени участники меняются сторонами, игра продолжается 3 раза. Проигравшая команда должна будет попрыгать на правой (левой) ноге, держа шар на голове, вокруг спортивного зала.

По окончанию игры команды перестраиваются в свои колонны, жюри подводит итоги.