**Положение**

**о проведении спортивных соревнований:**

**военно-спортивной игры «Зарница», «Гладиаторские бои»,**

**посвященные «Дню Защиты Отечества».**

Автор: учитель физической культуры ГБОУ СОШ №4 г. Чапаевск

Анненкова Татьяна Николаевна.

 **Цель и задачи игры**: Физическое и патриотическое воспитание детей;

 Пропаганда здорового образа жизни;

 Развитие спортивных навыков;

 Закрепление знаний по истории Отечества, истории

 Российской армии;

 Воспитание чувства взаимовыручки и товарищеской

 поддержки;

 Выявления сильнейших спортсменов;

 Привлечения детей к систематическим занятиям;

 **Место и время проведения:** ГБОУ СОШ №4, спортивный зал, коридор.

 15 февраля 2015г «Зарница»,

 17февраля 2015г «Гладиаторские бои»

 **Участники соревнований**: В игре «Зарница» участвуют 1-4классы, от класса

 команда ( 5мальчиков и 5девочек ).

 В игре «Гладиаторские бои» участвуют сильнейшие

 мальчики 3-4классов.

 **1 этап соревнований: «Зарница»**

1.-Торжественное открытие военно-спортивной игры.

2.-Построение команд .Приветствие соперников.

 3.-Обьяснение правил игры и выдача маршрутных

 листов.

 4.-Прохождение станций командами.

 **Станции:**

 **Станция « Смотр строя и песни»** Название команды. Девиз. Приветствие.

 Эмблема. Построение в шеренгу и исполнение песни**.**

 **Станция «Метание мяча»** Участвует команда. Дистанция 5метров до обруча

 2попытки . 1попадание-1очко.

 **Станция «Основы безопасности»** Участвует команда. Надеть противогаз на

 время и правильно без нарушений.

 **Станция «Меткий стрелок»** Участвует команда. Дистанция 5м до горизонта-

 ной цели 2попытки. 1попадание-1очко.

 **Станция «Аптечка»** Участвует команда. Дистанция 10метров до предметов.

 Каждый участник должен принести один предмет ап-

 течки. Соревнование проходит в виде эстафеты.

 Учитывать правильность и затраченное время.

 **Станция « Шифровальщик»** Участвует команда. Расшифровать слово. Ключ

 алфавит (порядковый номер буквы в алфавите).

 **Станция «Армейское звание»** Разложить погоны по возрастанию воинского

 звания от рядового до полковника, назвать звание.

 **Станция «Полоса препятствия»** Вся команда в виде эстафеты выполняет

 задание (бег по кочкам, попасть мячом в щит, проползти

 по-пластунски по мату, пройти гусиным шагом, пере-

 дать эстафету касанием руки)

 Учитывается затраченное и штрафное время.

 **Заявки**  Заявки на участие в соревнованиях подаются не позже

 трех дней до начало соревнований.

 .

 **Награждение** Побеждает команда, набравшая большее количество

 баллов. Победители награждаются грамотами между

 1-2кл и 3-4кл.

 **2этап соревнований «Гладиаторские бои»**

 Построение. Торжественное открытие. Объяснение

 правил игры. Участвуют сильнейшие мальчики 3-4кл-

 победители игры «Зарница» 10человек.

 **Конкурсы:**

 **1. «Представление гладиатора» -**название, девиз, эмблема.

 **2. «Разминка»- Собери кубики.**- В центре зала лежат 20 кубиков, их охраняют

 2помощника, отталкивая подушками гладиаторов.

 Задача гладиатора: выполнить финт и завладеть кубиком

 отнести к себе. Выбывают 2 гладиатора, с наименьшим

 количеством кубиков.

 **3. «Бег с препятствием»**- Гладиатор должен пробежать 50метров на время,

 преодолев препятствие (помощник отталкивает

 подушкой, мешает бежать). Выбывают 2гладиатора,

 кто потратил много времени для преодоления

 препятствия.

 **4. «Бой гладиаторов»-** 2 гладиатора ( согласно жеребьёвки) в центре круга на

 одной ноге. По команде гладиаторы выталкивают друг

 друга из круга. Проиграл-выбыл.

 **5. «Силачи»-** Участвуют 3 гладиатора. Кто дольше удержит гантелю

 на вытянутой руке, на уровне плеч. Набираем очки.

  **6. «Ловкач»-** Прыжки через скакалку- 30сек. Кто больше выполнит

 прыжков. Набираем очки.

  **7. «Бой крокодила»-** Участвуют 3 гладиатора. Помощники берут гладиаторов

 за ноги (крокодил). По команде - кто быстрее дойдет до

 линии финиша. Набираем очки.

 **8. «Борьба»-** Перевернуть гимнастическую скамейку. 2 гладиатора

 борются подушками на скамейке. Задача- сбить со

 скамейки противника. Набираем очки.

 **Награждение**  Побеждает гладиатор,который больше набрал очков.

 **Инвентарь:**  Баскетбольный мяч, скакалка-3, гимнастическая скамейка,

 теннисный мяч-2, 10 медикаментов, 10 лишних предметов,

подушки-2, кубики-20, секундомер-5, гимнастический мат,

 гантели-3, противогаз-1, обруч-7, грамоты, песня-

 Богатырская сила, шары и стенгазеты для оформления зала

 Шифрованные слова:

 Сержант (19,6,18,8,1,15,20)

 Рядовой (18,33,5,16,3,16,11)

 Капитан (12,1,17,10,20,1,15)

 Зарница (9,1,18,15,10,24,1)

 Задание (9,1,5,1,15,10,6)

 Станция(19,20,1,15,24,10,33)

 Команда(12,16,14,1,15,5,1)

 Маршрутный лист:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Смотр строя и песни | Мета-ние мяча | Полоса препят-ствий | Основа безопас-ности | Меткийстрелок | Апте-чка | Шифро-ва-льщик | Армей-скоезвание | Итого |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |

 Ключ «Алфавит»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **«А»-1** | **«Б»-2** | **«В»-3** | **«Г»-4** | **«Д»-5** | **«Е»-6** | **«Ё»-7** |
| **«Ж»-8** | **«З»-9** | **«И»-10** | **«Й»-11** | **«К»-12** | **«Л»-13** | **«М»-14** |
| **«Н»-15** | **«О»-16** | **«П»-17** | **«Р»-18** | **«С»-19** | **«Т»-20** | **«У»-21** |
| **«Ф»-22** | **«Х»-23** | **«Ц»-24** | **«Ч»-25** | **«Ш»-26** | **«Щ»-27** | **«Ь»-28** |
| **«Ы»-29** | **«Ъ»-30** | **«Э»-31** | **«Ю»-32** | **«Я»-33** |  |  |

 Армейские звания.

