Утверждаю

­\_\_\_\_\_­­­\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­\_С. В. Танцура

директор МБОУ гимназии №4

«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г.

**П О ЛО Ж Е Н И Е**

**О проведении школьных соревнований «Зимние забавы».**

1. **ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:**

- популяризация спортивных состязаний;

- приобретение школьниками опыта участия в соревнованиях;

- пропаганда здорового образа жизни;

- воспитывать чувство коллективизма и взаимопомощи.

1. **МЕСТО И ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ:**

С 14-17 декабря 2020 года в спортивном зале МБОУ гимназии №4

1. **УЧАСТНИКИ:**

В соревнованиях принимают участие учащиеся 1-2х классов.

1. **УСЛОВИЯ И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ:**

В соревнованиях принимают участие учащиеся гимназии 1-2 классов. Класс делится на 2-3 команды.

1. **ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ:**

Начало соревнований по расписанию уроков. Соревнования состоят из блока эстафет. См. приложение 1

1. **СИСТЕМА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ И ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ**

Судья начисляет баллы за каждую эстафету, побеждает команда, набравшая наибольшее количество баллов.

1. **НАГРАЖДЕНИЕ**

Команды - победительницы награждаются грамотами.

Приложение 1

1 **«Челнок»**

Участники встают в колонну по одному. Первый участник с эстафетной палочкой в руках

бежит до конуса № 2, обегает его и бежит к конусу № 1, обегает конус № 1 и бежит к

конусу № 3, обегает третий конус и бежит на финиш. Передает палочку следующему

участнику и встает в конец колонны. Судья останавливает секундомер, после того, как

последний игрок пересечёт линию финиша.

2 **«Эстафета с фитбольным мячом»**

Участники встают в колонну по одному. Первый участник садится на мяч, руками держит

мяч за «рожки». Прыгает на мяче, отталкиваясь двумя ногами одновременно, двигается к

конусу. За линией, где находится конус, участник встает, берет мяч в руки (за «рожки»

одной или двумя руками) и бегом возвращается к команде, передаёт эстафету-мяч, за

линией старта. Второй продолжает эстафету, первый встаёт в конец колонны.

Судья останавливает секундомер, после того, как последний игрок пересечёт линию

финиша.

3 **«Баскетболисты»**

Участники встают в колонну по одному. По сигналу судьи, от линии старта, каждый игрок

команды выполняет ведение баскетбольного мяча одной рукой, «змейкой» между четырёх

конусов. Забежав за последний конус, участник берёт мяч в руки и бежит к линии

финиша. Пересекает линию финиша и обегает всю команду и конус (стоящий в 6 метрах,

от линии старта), добежав до следующего участника, передает мяч ему в руки, сам встает

в конец колонны.

4 **«Снежки»**

Участники становятся в колонну по одному. По сигналу судьи первый участник бежит к

первому обручу, берёт мяч (волейбольный) из первого обруча, бежит ко второго обручу и

кладёт мяч во второй обруч. Далее обегая конус бежит ко второму обручу, берет мяч.

Бежит с мячом к первому обручу и кладёт, в него мяч. Далее передаёт эстафету второму

участнику, касанием руки.

**5 «Комбинированная эстафета – встречная».**

Участники строятся в две колонны. С одной стороны площадки девочки, с другой

мальчики.

1 этап. Мальчик бежит и передает хлопком по ладони «эстафету» девочке

2 этап. Девочка бежит и передает эстафету касанием руки мальчику.

3 этап. Мальчик выполняет прыжки, сидя на фитбольном мяче.

4 этап. Девочка выполняет прыжки, сидя на фитбольном мяче.

5 этап. Мальчик, с баскетбольным мячом, выполняет ведение одной рукой по прямой.

6 этап. Девочка, с баскетбольным мячом, выполняет ведение одной рукой по прямой.

7 этап. Два мальчика, зажав мяч на уровне груди между собой, руки в стороны.

Выполняют передвижение приставными шагами.

8 этап. Две девочки, зажав мяч на уровне груди между собой, руки в стороны.

Выполняют передвижение приставными шагами.

9 этап. Мальчик. Бег с перевернутым конусом («факелом»), на котором лежит

волейбольный мяч.

10 этап. Девочка. Бег с перевернутым конусом («факелом»), на котором лежит

волейбольный мяч.

С 3 по 8 этапы у каждого участника свой инвентарь. С 9 на 10 этап мальчик передаёт

«факел» девочке.

Протокол соревнований

­­­­\_\_\_\_ «\_\_» класса

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название эстафеты | 1  команда | 2  команда | 3  команда | 4  команда |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
|  | Штрафные очки |  |  |  |  |
|  | Сумма |  |  |  |  |
|  | Итог |  |  |  |  |