Ежегодно в нашей школе проводится спортивный конкурс «А ну-ка, парни!». В нем проверяются не только физические качества, но и смекалка, находчивость, юмор, способность ориентироваться в любой жизненной ситуации.

**Построение команд. Приветствие.** 1.Представление команд (название и девиз) и жюри соревнований.

2. « Распорядок». « Дорогие ребята, каждый день у вас проходит по распорядку, тем более, если день учебный. Итак…». **«Подъем».** Из упора лежа, участник подбегает к месту, где лежит спортивный костюм, и надевает его. **«Зарядка».** Передвижение каракатицей до отметки, челночный бег: перенос 3 мячей (по одному) из одного обруча в другой, возвращение к месту старта бегом. **«Заправка постели».** Участник бежит до отметки, надувает матрац, кладет на него спальный мешок, бегом возвращается к месту старта. **«Уборка мусора».** Участник веником метет 3 кубика до отметки, заметает их в совок, возвращается бегом к месту старта. **«Подготовка к занятиям».** Участник бежит до отметки, решает написанную на листке задачу, укладывает учебники в сумку, возвращается к месту старта. **«Поход в школу».** Участник бежит до отметки, одевает «сестру» (девочку 1-2 класса) в спортивную форму, помогает надеть ранец на плечи, возвращается вместе с «сестрой» к месту старта.

3. «Любой праздник не обходится без юмора и смеха. Поэтому, следующая **эстафета – спортивная юмористическая.** а)Участник стартует на четвереньках, перед ним на полу теннисный шарик, он дует на него и передвигает так до отметки, возвращается бегом к месту старта. Участник кладет теннисный шарик в чайную ложку, которую за ручку удерживает губами, бежит до отметки и обратно. . б)Участники стартуют парами, удерживая лбами волейбольный мяч, добегает так до отметки, возвращается бегом к месту . в)Участники стартуют парами: один в упоре лежа передвигается, одновременно толкаясь руками. Другой держит его сзади за ноги. Добираются до отметки, меняются ролями,возвращается к месту старта. Показательные выступления (гимнастический номер)

4. «Пришло время конкурса где кроме строевой выправки надо продемонстрировать вокальные данные. Что за праздник без песни». **Смотр строя и песни.** Оценивается: повороты на месте, направо, налево, кругом; прохождение в колонне по два с песней (по периметру зала).

5. Конкурс капитанов. К ноге каждого капитана привязан воздушный шар. Единоборство в парах, задача – свободной ногой наступить на шар соперника так, чтобы шар лопнул. Побеждает тот, у кого остается неповрежденный шар.

6. «Каждый настоящий мужчина должен быть физически развит и готов к службе в рядах Вооруженных Сил». **Военно – спортивный конкурс.** Каждый участник работает на своей станции. Команда – победитель определяется по наименьшей сумме мест, занятых на станциях: поднимание гири (16кг); прыжки со скакалкой (1 мин); стрельба из пневматической винтовки (3 выстрела в мишень); подъем переворотом; подтягивание; сгибание и разгибание рук в упоре лежа.

7. **Теоретические вопросы**. а)Какое современное стрелковое оружие используется в наших Вооруженных Силах, а также в армиях более чем 50 стран? ( Автомат Калашникова). б) Из каких видов состоят Вооруженные Силы Российской Федерации? (Сухопутные войска, Военно-воздушные силы, Военно-Морской флот). в) Что в себя включают общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации? (Устав внутренней службы, Дисциплинарный устав, Устав г) Чем является Боевое Знамя воинской части? (Символом воинской чести, доблести и славы).

8.«И вот мы подошли к последнему конкурсу – домашнее задание. Да и какой праздник без танцев?!» **Джентльмен – шоу.** От каждой команды выступает один участник: знакомство с девушкой; признание в любви, танец вальс; (партнерша подготовлена). **Перетягивание каната. Подведение итогов и награждение**.

**МОУ « ООШ с. Жестянка»**

**ВОЕННО - СПОРТИВНЫЙ**

**КОНКУРС**

« А ну – ка, парни!»

 Учитель Горбачева Е. А