**Игра по станциям « Муравейник»**
**для обучающихся 5 - 6 классов.**

**Цели и задачи:**
- пропаганда здорового образа жизни, формирование позитивных жизненных установок у подрастающего поколения;
- развитие массового физкультурного движения;
- укрепление здоровья обучающихся, повышения их физической подготовленности;
- гражданское и патриотическое воспитание обучающихся;
- повышение интереса обучающихся к предметной области «Физическая культура»;
- выявление сильнейшей команды.

**Участники и условия проведения соревнований:**

К участию допускаются команды состоящие из обучающихся 5-6 классов. Состав команды: 11 человек, в том числе 10 участников (5 мальчиков, 5 девочек), 1 учитель физической культуры.

Соревнования командные. В начале проводится жеребьевка, капитаны вытаскивают номер с какой школой будут соревноваться на протяжении всего соревнования. Команды получая маршрутный лист идут по станциям и на каждой станции соревнуются с той командой которую определила жеребьевка..

Места команд определяются по наименьшей сумме времени всех этапов. В случае одинаковой суммы времени у двух и более команд преимущество получает команда, показавшая лучшее время.

**1 Этап – КРЕСТИКИ НОЛИКИ**
**Инвентарь:** 9 обручей, шесть манишек и 4 конуса
**Исходное положение:** Команды выстроены в колонну. На расстоянии 6 м от игрового поля.
**Описание этапа:**
По команде участник бежит к игровому полю и кладет манишку в любой выбранный им обруч. Бежит обратно и передает эстафету следующему игроку. Играю до тех пор пока игроки не выстроят линию. Та команда кто быстрее справится с заданием побеждает. Играется несколько раундов.
**Условия:** За сбитый обруч ногами, команда получает штрафной балл

**2 ЭТАП – «КЕРЛИНГ»**

**Инвентарь:** 10 колец для метания, игровое поле размеченное.
**Исходное положение:** Команды выстроены в колонну. На расстоянии 6 м от игрового поля.
**Описание эстафеты:**
По команде участники по очереди метают кольца в игровое поле и набирают очки. Потом метает другая команда. Та команда кто больше наберет очков и побеждает. Играется несколько раундов.

**3 ЭТАП – «ЗМЕЙКА»**
**Инвентарь:** 10 обручей
**Исходное положение:** Участвует вся команда. Участники выстроены колоннами.
**Описание этапа:** По сигналу первый участник от каждой команды начинают прыгать двумя ногами в обруч продвигаясь вперед. Когда игроки встречаются они играют камень, ножницы, бумага. Кто проиграл отходит в сторону и бежит обратно к своей команде и встает в конец колонны, а тот кто выиграл продолжает дальше двигаться. Тот игрок кто доходит до конца дорожки приносит своей команде балл.
**Условия:** За сбитый обруч ногами, команда получает штрафной балл

4 ЭТАП – **«ВЫЗОВ НОМЕРОВ»**
**Инвентарь:** 1 кегля, 4 конуса

**Описание этапа:** Участники выстраиваются в одну шеренгу напротив друг друга. По середине площадки стоит кегля. У каждого участника свой номер как у одной, так и у другой команды. Судья называет номер, выбегают те чей номер назвали. Они добегают до середины и тот игрок кто быстрее и хитростью возьмет кеглю и убежит к своей команде, приносит 1 балл. А если игрок не успел добежать, его поймал игрок противоположной команды, та команда получает 2 балла.
**Условия:** Нельзя толкаться и толкать в спину

**5 ЭТАП – «БАСКЕТБОЛ»**
**Инвентарь:** 2 баскетбольных мяч.
**Участник: вся команда**
**Описание этапа:** Команды выстраиваются в колонну напротив своего баскетбольного кольца. По сигналу первый участник ведет мяч к кольцу правой или левой рукой. Доведя мяч до кольца, выполняет бросок. Потом подобрав мяч участник бежит с мячом в руке к своей команде и передает мяч другому. Выигрывает команда которая больше забросила мячей.
**Условия:** Нельзя мяч бросать своему товарищу по команде.

**6 ЭТАП – СОБЕРИ УРОЖАЙ**
**Инвентарь:** 2 корзины, обручи, 2 воздушных шара и 10 малых мячей
**Участник:** Вся команда
**Описание этапа:** Участник встает в обруч и по сигналу начинает собирать мячики в корзину, при этом не забывая подбрасывать над собой воздушный шар одной рукой не выходя из обруча. Если воздушный шар упал или улетел то игрок проиграл.

**7 ЭТАП – «ЦИФРЫ»**
**Инвентарь: стол, 2 набора с цифрами**
**Участник:** Вся команда
**Описание этапа:** Участники выстраиваются в колонну. Впереди стоит стол. На столе в перевернутом виде лежат цифры от 1 до 10. Первый участник от каждой команды бежит к столу и берет переворачивает любую дощечку с цифрой. Если там не цифра один, то он ее кладет обратно в перевернутом виде и бежит обратно передает эстафету другому. Нужно открыть цифры от 1 до 10 по порядку.

**Награждение:**
- победители и призеры соревнований награждаются грамотами