**ПОЛОЖЕНИЕ**

О проведении спортивно-массового мероприятия

«А, ну-ка девушки!»

Среди обучающихся и слушателей с ограниченными возможностями здоровья

Краевого государственного казенного профессионального образовательного учреждения №18

(КГК ПОУ 18)

ЦЕЛЬ: Формирование физической культуры личности обучающихся и слушателей в процессе овладения ими основами физкультурной деятельности.

ЗАДАЧИ:

- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения.

- развитие социально – активной личности в рамках подготовки к сдаче ГТО.

- формирование и развитие двигательных умений и навыков через занятия физической культурой

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования проводятся в спортивном зале ПОУ 18

УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ: к участию в соревнованиях допускаются обучающиеся с ОВЗ(нарушение интеллекта)

4 команды по 10 человек.

СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ осуществляет руководитель физического воспитания и преподаватель физической культуры.

ПРОГРАММА СПОРТИВНО-МАССОВОГО МЕРОПРИЯТИЯ

- открытие мероприятия;

- проведение эстафет и конкурсов ;

- подведение итогов и награждение.

Эстафеты и конкурсы:

1. **«Красавицы»**

Участвуют 4 команды по 10человек.

Инвентарь: шляпы, красная гуашь.

Ход эстафеты: Десять человек стоят в колоннах по одному. По сигналу 1-ый участник бежит до стола где находится краска, наносит ее на щеки (румяна), одевает шляпу и возвращается к месту старта, тем самым передает эстафету следующему участнику, встает в конце своей колонны. и т.д.,

Побеждает команда, которая быстрей выполнит задание..

1. **« С шарами»**

Участвуют 4 команды по 10 человек

Инвентарь: 40 воздушных шаров, ракетка для бадминтона 4 жестких стула.

Ход эстафеты: Десять человек стоят в колоннах по одному. По сигналу 1-ый участник ведет шарик по воздуху бадминтонной ракеткой, дойдя до стула, кладет шар на стул и садится на него, пытаясь лопнуть шар, затем возвращается в команду и передает эстафету следующему участнику т.д.

Побеждает команда выполнившая задание быстрей и набравшая большее количество очков взорвавшихся шаров (один лопнувший шар – одно очко).

1. **«Перетягивание каната»**

Ход игры : По сигналу, команды начинают перетягивать канат.

Побеждает команда, которая перетянула соперников на свою сторону.

1. **«В магазин за яйцами»**

Участвуют 4 команды по 10 человек

Инвентарь: 40 шариков для настольного тенниса, 4 корзины, 4 ячейки из под яиц.

Ход игры: По сигналу 1-ый участник берет корзину с «яйцами» и бежит на противоположную сторону спорт.зала, где находится пустая ячейка для яиц. Выкладывает «яйца» и возвращается к команде, передает пустую корзину 2-му участнику. Участник бежит, собирает «яйца» и возвращается в команду и т.д.

Побеждает команда, которая быстрей выполнит задание.

**5. «Переправа»**

Участвуют 4 команды.

Инвентарь: 8 гимнастических коврика

Ход эстафеты: По сигналу вся команда размещается на гимнастическом коврике, перебросив 2-ой коврик вперед, команда перебирается на него и т.д..

Побеждает команда финишировавшая первая.

**6.«Поезд»**

Команда выстраивается в колонну по одному держа друг друга за пояс. По сигналу «поезд» начинает двигаться преодолевая препятствия.

Побеждает команда, которая быстрей выполнит задание.

**Победитель определяется:**

- по наилучшему результату (время в сек.),

За нарушение правил команда штрафуется штрафными очками (секундами).

**Подведение итогов и награждение победителей:**

Победитель определяется по сумме набранных очков. В случае равного количества баллов побеждает команда набравшая большее количество первых мест в конкурсах. Команды победительницы награждаются грамотами и сладкими призами.