**НЕДЕЛЯ «ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»**

**(19-24 сентября 2016 год)**

**Понедельник – 19 сентября**  **Полоса препятствий + «Снайпер»**

Участвуют: 4 урок - 4а, 4Б, 3А классы – команды по 6 человек

6 полос:

1. Старт – с рюкзаком бегом - качеля – бегом до шведской стенки – подняться по ней, перелезть через перекладину, спуститься
2. Бегом до туннеля – пролезть через туннель – бегом до фишки
3. Подбежать к мостику, запрыгнуть на козла на колени, встать на ноги, спрыгнуть с козла – бегом до стопки матов, перекатиться через нее – обогнуть фишку
4. Бегом до скамейки – пройти по скамейки, которая лежит на двух стульях – добежать до фишки – метнуть 2 дротика – обогнуть фишку
5. Выполнить прыжок в высоту через резинку – бегом до фишки – обогнуть фишку
6. Развернуть мешок, влезть в него и прыжками или бегом до средней линии – мешок снять, взять скакалку и выполнить 3 прыжка на месте – бегом до фишки, обогнуть ее, подбежать к первой фишке, снять рюкзак и передать его следующему участнику

Последний участник (после выполнения 6 полосы) подбегает к штабу, достает из рюкзак депешу и отдает ее, застегивает рюкзак, подбегает к первой фишке (старту), поднимает руку вверх – секундомер выключается.

**Вторник 8 сентября**

**Челночный бег 4х20м**

Участвуют:

4 урок – 4А, 4Б классы

5 урок – 7А, 7Б классы

6 урок – 9А, 9Б, 9В классы

7 – 8 урок – 6А, 6Б, 8А, 8Б классы

**Среда 9 сентября 7 уроки**

**Пионербол**

Участвуют: 2 команды учеников, 2 команды учителей

**Учителя**

**Команда «Веселый мяч» Команда «Ух»**

1. Бородкина М.Г. 1. Роппельт В.А.
2. Кустов А. Ю. 2. Бочарникова Е.Ю.
3. Маслова И.М. 3. Попова Т.Н.
4. Зайцева Т.В. 4. Савиных А.В.
5. Шевчук Н.В. 5. Тареева Н.А.
6. Голембиовская Е.Ц. 6. Салимшина С.А.

**Четверг 10 сентября** Игра «Вышибалы»

Участвуют: 4 урок – 4А, 4Б, 5 классы 6 урок – 6А, 6Б классы

7 урок – 7А, 7Б классы

**Пятница 11 сентября – линейка – подведение итогов**

**Пятница 30 сентября – воланбол Участвуют: 18 училище (педагоги+дети) – КГКОУ Школа №1 (педагоги+дети) – всего 4 команды**