

Согласовано
Заместитель главы по социальным
вопросам – начальник отдела образования
молодежной политики администрации г. Канаш
_____ В. В. Димитриева

Утверждаю
Председатель Канашской
городской организации
профсоюза работников народного
образования и науки РФ
_____ И.А. Александрова
30 марта 2018г.

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении спортивных соревнований «Веселые старты»
среди работников образования

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

- Организация активного досуга;
- Пропаганда здорового образа жизни;
- Выявление сильнейших команд;

ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ:

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляется Канашской городской организацией профсоюза работников народного образования и науки РФ совместно с отделом образования и молодежной политики администрации г. Канаш, ДЮСШ «Локомотив». Главный судья соревнований -

ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

Соревнования проводятся 04 апреля 2018 года в АУ ДО «ДЮСШ «Локомотив» г. Канаш по адресу: г. Канаш, ул. К.Маркса, д.9а. Торжественное открытие соревнований в 13.00

УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ:

К участию в соревнованиях допускаются работники образования, члены профсоюза.

Состав команд:

- команда работников школы - 5 человек (4 женщины и 1 мужчина).
- команда работников дошкольных образовательных учреждений - 5 женщин.

ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ:

Соревнования проводятся по программе спортивных соревнований «Веселые старты» для работников образовательных учреждений города Канаша.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ:

Победитель и призеры в соревнованиях определяются по наименьшей сумме занятых мест в каждой эстафете, при равенстве мест победитель и призеры определяются по наибольшему количеству 1х, 2х...и. д. мест.

НАГРАЖДЕНИЕ

Победитель и призеры соревнований награждаются дипломами и ценными призами.

РАСХОДЫ

Финансовые расходы связанные с организацией и проведением соревнований несет Канашская городская организация профсоюза работников народного образования и науки РФ.

ЗАЯВКИ

Заявки на участие в соревнованиях заполненные по установленной форме и заверенные медицинским работником предоставить на заседание судейской коллегии которая состоится в МБОУ ДОД ДЮСШ «Смена».

Представление команд.

1 конкурс: «Бег обруча змейкой» команда выстраивается в колонну по одному, 1й участник стоит в обруче по команде «марш» поднимает обруч так чтобы оказаться внутри его и передает обруч сзади стоящему участнику делает 1 шаг вперед, 2й участник принимает обруч и опускает его на пол также через себя и делает шаг вперед и т. д.. последний участник принимает обруч пробегает вперед становится перед 1м участником и поднимает обруч над головой. Победителем считается команда затратившая меньшее количество времени на выполнение задания.

2 конкурс: «Быстрые мячи» бег с двумя мячами.

3 конкурс: «Капитаны» Капитан команды с баскетбольным мячом становится лицом к команде на расстоянии 2 м. от первого участника по команде «марш» бросает мяч первому участнику тот поймав его бросает назад капитану и быстро садится на корточки, капитан бросает мяч второму участнику и т. д., после того как капитан поймал мяч посланный последним участником он поднимает его вверх. Побеждает команда затратившая меньшее количество времени на выполнение задания.

4 конкурс: «Эстафета» участник пробегает 20 метров, производит кувырок на гимнастическом мате, перекидывает обруч через себя, оббегает поворотный флажок и финиширует гладким бегом. Побеждает команда затратившая меньшее количество времени на преодоление препятствий.

5 конкурс «Сказочная эстафета» комплексная.

1 «Барон Мюнхаузен» участник осуществляет прыжки с зажатым между ног баскетбольным мячом до поворотной стойки, обратно финиширует бегом. (1 уч-к)

2. «Баронесса Мюнхаузен» участница осуществляет прыжки на «хоппе» до поворотной стойки, обратно финиширует бегом; (1 уч-ца)

3. «Лиса Алиса и кот Базилио» участница ставит ноги на ширине плеч, участник пролазит между ног и остается на корточках, участница перепрыгивает через него опираясь на спину и встает впереди ноги на ширине плеч, участник снова пролазит между ног таким образом они двигаются до поворотной стойки, обратно взявшись за руки бегом. (1+1)

4. «Конек - горбунок» участница находится внутри обруча держа его, участница снаружи позади участника, держа обруч, добегают до поворотной стойки, оббегают ее и финишируют. (1+1)

5. «Лягушка путешественница» Участница в ластах добегает до поворотного флажка, оббегают его и финиширует. (1 уч-ца)

6. «Змей Горыныч» трое участников встают рядом кладут руки на пояс, ноги участника стоящего в середине надежно привязываются к ногам участников стоящих с права и с лева, получается 4 ноги, движение до поворотного флажка, и обратно. (3 уч.) **итого: 10** Побеждает команда затратившая меньшее количество времени на выполнение эстафеты.

6 конкурс «Надувная полоса»

Команды стартуют парами в соответствии с жеребьевкой.

Форма одежды спортивная одинаковая,

Приложение

Заявка

на участие в городских соревнованиях «Веселые старты»

Образовательное учреждение _____

Название команды _____

Руководитель учреждения: _____

V. Программа соревнований

Эстафета № 1. Гладкий бег с эстафетной палочкой.

Первый участник берет в руки эстафетную палочку, бежит, обегает стойку и возвращаясь к команде передает эстафету следующему участнику. Побеждает команда, закончившая эстафету первой.

Эстафета № 2. Передача мяча над головой

Участники стоят в одну колонну и передают мяч друг другу над головой из рук в руки. Последний участник получает мяч, бежит вперед, встает первым в колонне и передает мяч следующему и т.д. Побеждает команда, у которой капитан окажется первым.

Эстафета № 3. Встречная эстафета.

Мальчики и девочки одной команды выстраиваются друг против друга на расстоянии 15м. По команде "МАРШ!" первый участник с эстафетной палочкой в руке бежит по прямой до, противоположной команды, передает эстафету и становится в конец колонны. И так до тех пор, пока мальчики не поменяются местами с девочками.

Эстафета № 4. Веребочка под ногами

Первый участник бежит со скакалкой в руке до фишки, обегает ее, бежит обратно, отдает один конец скакалки второму участнику и вместе проносят скакалку под ногами всех участников, которые перепрыгивают скакалку, первый участник остается в конце колонны. Второй участник бежит со скакалкой до фишки, обегает ее, возвращается, отдает один конец скакалки третьему участнику, сам остается в конце колонны и т.д

Эстафета № 5. Эстафета с обручами

Первый участник бежит с обручем в руке до фишки, одевает обруч на фишку и обегает ее, бежит обратно, передаёт эстафету другому. Следующий участник бежит по прямой забирает обруч, обегает фишку и бежит обратно, передает эстафету другому и т.д.

Эстафета № 6. Передача мяча под ногами

Участники стоят в одну колонну и передают мяч друг другу под ногами, из рук в руки, не уронив мяча. Последний участник получает мяч, бежит вперед, встает первым в колонне и передает мяч участнику, стоящему за ним, и т.д. За каждое падение мяча даются штрафные очки. Побеждает команда, которая быстрее всех закончила эстафету.

3. **«Змейка».** Бег с ведением баскетбольного мяча змейкой до фишки, оббегают фишку и обратно тоже змейкой. Мяч передают из рук в руки за линией.

5. Участникам предлагается сложить из букв слово "Вечность». (слово команды не знают).

Команды стоят в колонне. Стартует первый. Добегая до указанного места, где лежат буквы, берет одну, бежит к команде, передает эстафету, выкладывает. Следующий ребенок бежит за второй буквой, возвращается, выкладывает, и т.д. Когда все буквы будут на месте нужно выложить слово «...». Выигрывает та команда, которая первая составит слово и капитан поднимет руку.