

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении спортивных соревнований «Веселые старты»

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ:

- привлечение детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом;
- популяризация активного отдыха среди подрастающего поколения;
- пропаганда здорового образа жизни;
- выявление сильнейших команд;

2. СРОКИ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ:

Соревнования проводятся 15.10.2022года.

МБОУ МО «СОШ № 2» спортзал.

Начало соревнований в 13.00 часов.

3. РУКОВОДСТВО ПРОВЕДЕНИЕМ СОРЕВНОВАНИЙ:

Общее руководство подготовкой и проведением соревнований осуществляет учитель физической культуры МБОУ МО «СОШ № 2» Абукаров Д.Н.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию:

Главный судья соревнований – Абукаров Д.Н.

4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ:

В соревнованиях принимают участие учащиеся 7-х классов

Состав команды – 10 человек. (5 маль. + 5 дев.) + классный руководитель

5. ПРОГРАММА СОСТЯЗАНИЙ:

1. Эстафета «Встречная эстафета»

Команды делятся на две подгруппы, которые строятся в колонны по одному лицом друг к другу на расстоянии 6 -7 м. В руках у направляющих палочки. По сигналу первые участники бегут на противоположную сторону, оббегают вторую подгруппу и передают эстафету ее направляющему, после чего становятся в конец колонны. Участники, которым передали палочки, повторяют то же, обегая первую подгруппу и становясь у нее на левом фланге, и т.д. Побеждает команда, последний участник которой, оббегав противоположную подгруппу, первым станет у нее впереди и поднимет вверх эстафетную палочку.

2. Эстафета «Смешная эстафета»

Игроки располагаются на линии старта. По сигналу игрок бежит на середину зала, где лежит скакалка. Берёт её и выполняет 10 прыжков. Оставляет скакалку. Бежит до поворотной стойки, где лежит обруч. Проходит через обруч и возвращается обратно, передаёт эстафету касанием рукой руки стоящего впереди игрока.

3. Эстафета «Переправа в обручах»

Команды строятся в колонны по одному перед стартовой линией. В руках у первого гимнастический обруч. По команде два первых номера надевают обруч и перебегают на противоположную сторону площадки (зала) за линию, проведенную в 6-7 м от старта. Первый номер остается за финишной линией, а второй с обручем возвращается назад и повторяет тоже задание с третьим номером. Затем он сам остается за линией противоположного «берега», а «переправу» осуществляет третий номер, и так до конца. Побеждает команда, закончившая «переправу» раньше других.

4. Эстафета «Попади в цель»

Команда в колонне по одному, в руках у участников малые мячи.

По сигналу участник бежит до отмеченного места и выполняет бросок мяча, стараясь попасть в цель на расстоянии 3 метров. За каждое попадание начисляется - 1 очко.

5. эстафета: «Мяч в корзине».

Первый участник берет мяч, добегают до кегли, установленной возле баскетбольного щита, и выполняет бросок в корзину. Затем берет мяч, возвращается обратно и передает его впереди стоящему участнику. Сам уходит в конец колонны

6. «Перетягивание каната»

Команды подходят к стартовой линии, берут гимнастический канат с красной ленточкой посередине и по сигналу начинают тянуть его в свою сторону. Для определения победителя даются три попытки.

7. НАГРАЖДЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ:

Команды победители награждаются грамотами.

Данное положение является официальным приглашением на соревнования