

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДОД
СДЮСШОР «Кедр»
Б.Н.Калошин
« » 2015г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении спортивно-массового мероприятия «Победные веселые старты»

1. Цели и задачи

- пропаганда здорового образа жизни;
- контроль за уровнем физической подготовленности обучающихся;
- выявление сильнейших спортсменов в возрастных группах.

2. Сроки и место проведения соревнований

Соревнования проводятся 24.05.2015 года на лыжной базе «Спортивный городок «На Сайме». Начало соревнований в 11.00.

3. Руководство проведением соревнований

Общее руководство проведением соревнований осуществляет МБОУ ДОД СДЮСШОР «Кедр», непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую бригаду.

Главный судья соревнований – Горбунова Е.С.

Главный секретарь соревнований – Шорина И.В.

4. Участники соревнований

Соревнования командные. К соревнованиям допускаются обучающиеся МБОУ ДОД СДЮСШОР «Кедр», имеющие медицинский допуск.

Состав команды: 6 человек (2 девочки, 4 мальчика) в возрасте от 8 до 11 лет.

5. Определение победителей

Победители соревнований определяются по наибольшему количеству очков, набранных во всех видах соревнований.

6. Награждение

Победители и призеры соревнований награждаются почетной грамотой и призом.

7. Финансирование

Расходы по проведению соревнований несет МБОУ ДОД СДЮСШОР «Кедр».

8. Заявки

Именные заявки, заверенные медицинским учреждением и руководителем организации, предоставляются к началу соревнований.

9. Программа соревнований

Эстафета №1 «Метание тынзыня на хорей»

Первый участник стартует по команде судьи, добегают до отметки (красная фишка), возле которой в обруче лежит тынзынь, кольцо с веревкой (длина импровизируемого тынзыня 5 метров), выполняет метание тынзыня, стараясь, чтобы кольцо попало на импровизируемый хорей (гимнастическая палка, закрепленная в вертикальном положении на земле, на расстоянии 3 метров от линии, обозначающей место выполнения броска), участник производит только 1 бросок, после которого положив кольцо в обруч, возвращается бегом к своей команде и передает эстафету следующему участнику касанием руки (за каждое попадание «тынзынем» на «хорей», от общего времени команды, показанного на данном этапе, отнимается 1 секунда). Этап считается законченным после пересечения финишной линии последним участником команды.

За каждое нарушение правил соревнований (преждевременный старт, метание с расстояния ближе указанного и т.д.) команда наказывается 1 штрафной секундой, добавляемой к общему времени, показанному на данном этапе.

Эстафета №2 «Чехарда»

Первый участник стартует по команде судьи, добегают до первой метки на дорожке и принимает положение упор присев, после этого стартует второй участник команды, добежав до первого участника, выполняет прыжок с опорой о спину 1 участника, ноги врозь и принимает положение упор присев на уровне следующей метки, после чего прыжок выполняет первый стартующий и т.д..

После пересечения промежуточной финишной линии с противоположной стороны от старта последним игроком из выполняющей пары задание, стартует следующая пара, выполняя то же, что и предыдущая. Когда вся команда окажется за промежуточной финишной линией в том же порядке возвращаются обратно.

Этап считается законченным после пересечения финишной линии последним участником команды.

За каждое нарушение правил соревнований (преждевременный старт, пробегание участником, после выполнения прыжка пробегание более 1 шага, выполнение прыжка без опоры и т.д.) команда наказывается 1 штрафной секундой, добавляемой к общему времени, показанному на данном этапе.

Эстафета №3 «Гопак»

Первый участник стартует по команде судьи, выполняя шаги гопака (1 шаг длинный прыжковый и 2 последующих с небольшими притопами) добегают до фишки, стоящей на расстоянии 10-15 м от старта, выполняет

приплясывая поворот на 360°, и возвращается обратно, выполняя шаги гопака. Передает эстафету следующему участнику команды касанием руки. Этап считается законченным после пересечения финишной линии последним участником команды.

За каждое нарушение правил соревнований (преждевременный старт, пробегание участником без выполнения танцевальных шагов, не выполнение оборота и т.д.) команда наказывается 1 штрафной секундой, добавляемой к общему времени, показанному на данном этапе.

Эстафета №4 «Сбор картофеля»

Первый участник стартует по команде судьи, бежит с ведром наполненным мячами для большого тенниса (5 шт.), раскладывая их в обручи, лежащими на земле на расстоянии 2-3м. друг от друга (мяч должен лежать в обруче, если мяч выкатился, необходимо вернуться и положить его в обруч). Добегает до фишки, обегает её, возвращаясь назад, собирает мячи. Передает эстафету следующему участнику (ведро с мячами). Этап считается законченным после пересечения финишной линии последним участником команды.

За каждое нарушение правил соревнований (преждевременный старт, выкатывание мяча из обруча без его возврата и т.д.) команда наказывается 1 штрафной секундой, добавляемой к общему времени, показанному на данном этапе.

Эстафета №5 «Сбей шапку»

Первый участник стартует по команде судьи, добегают до отметки (красная фишка), возле которой в обруче лежит мяч для большого тенниса, выполняет 1 бросок мячом, стараясь попасть в шапку, одетой на гимнастическую палку, закрепленной в вертикальном положении на земле. После выполнения броска возвращается к команде бегом и передает эстафету следующему участнику, касанием руки, (за каждое попадание мячом в шапку от общего времени команды, показанного на данном этапе, отнимается 1 секунда). Этап считается законченным после пересечения финишной линии последним участником команды.

За каждое нарушение правил соревнований (преждевременный старт, бросок мяча с расстояния ближе указанного и т.д.) команда наказывается 1 штрафной секундой, добавляемой к общему времени, показанному на данном этапе.

Эстафета №6 «Прыжки на скакалке»

Первый участник стартует по команде судьи, прыгая на скакалке, любым способом до фишки, находящейся на расстоянии 10-15 метров от старта, обегает её и тем же способом возвращается назад. Финишируя передает скакалку следующему участнику команды. Этап считается законченным после пересечения финишной линии последним участником команды.

За каждое нарушение правил соревнований (преждевременный старт, выполнение более 2 шагов без прыжков через скакалку и т.д.) команда наказывается 1 штрафной секундой, добавляемой к общему времени,

показанному на данном этапе.

Эстафета №7. «Сургутская дружба»

Первый участник стартует по команде судьи, обегает фишку, находящейся на расстоянии 10-15 м. от линии старта, возвращается обратно. Подбегая к участникам команды, берет за руку следующего участника и они продолжают бег до фишки вдвоем, держась за руки, цепочкой в колонну по одному и т.д. Этап считается законченным после пересечения финишной линии всей командой.

За каждое нарушение правил соревнований (преждевременный старт, пробегание без выстраивания в колонну, расцепление рук при выполнении задания и т.д.) команда наказывается 1 штрафной секундой, добавляемой к общему времени, показанному на данном этапе.