

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы:
 Э.И. Бакриева

ПОЛОЖЕНИЕ
о проведении соревнований «Веселые старты»
МБОУ «СОШ №3 с. Ачхой-Мартан»
среди учащихся начальных классов

I. Цели и задачи

1. Пропаганда физической культуры и спорта, как средство укрепления здоровья школьников.
2. Овладение необходимыми двигательными умениями и навыками.
3. Вовлечение обучающихся к занятиям физической культурой и спортом с целью укрепления здоровья.
4. Формирование навыков здорового образа жизни.
5. Воспитание чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, творческого мышления.
6. Воспитание «здорового духа соперничества».

II. Организаторы и руководство соревнованиями

Общее руководство и контроль за проведением соревнований осуществляет заместитель директора по воспитательной работе. Непосредственное проведение соревнований возлагается на учителя физической культуры и классных руководителей.

III. Место и сроки проведения

Место проведения - спортивный зал школы

IV. Участники, требования к участникам

К участию в соревнованиях допускаются учащиеся, имеющие допуск врача к соревнованиям. Состав команды: 3 мальчиков + 3 девочек.

V. Программа соревнований

Эстафета № 1. «Змейка»

На дистанции через равное расстояние стоят 5 конусов кеглей. Участники команды стоят в колонне по одному на линии старта. По сигналу судьи первый в колонне бежит вперед до последнего конуса, оббегает зигзагом все конусы, возвращаясь назад.

Эстафета № 2. «Стремительные»

Участники стоят в одну колонну и передают мяч друг другу над головой из рук в руки. Первый участник бежит к капитану, передает эстафетную палочку и становится в обруч.

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. «Пингвины»

Команда стоит в колонну друг за другом в произвольном порядке. В одну сторону игроки передвигаются прыжками с мячом, зажатым между колен. Обрато-взяв мяч в руки бегом.

Эстафета № 5. «Гимнастика»

На полу на равном расстоянии друг от друга лежат 3 обруча. Каждый участник команды должен, побежав подбежав лежащим на полу обручам, «продеть через себя» обруч. Возвращение к команде-бегом по прямой, минуя обручи.

Эстафета № 6. «Скакалка»

Команда стоит в колонну друг за другом в произвольном порядке. Каждый участник бежит, вращая скакалку вперед и прыгая через нее, при возвращении повторяя то же самое.

Эстафета № 7. «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.

Эстафета № 8 «Сцепка вагонов»

Первый участник команды бежит до конуса, обегает его и бежит обратно, берет за руку 2 участника, вместе бегут до конуса, обегает ее вдвоем и бегут обратно, берут за руку 3 участника и т.д. бегут всей командой.

Эстафета № 9 «Каракатица»

Участник принимает исходное положение –упор руками сзади, ногами вперед, баскетбольный мяч лежит на животе. По свистку участник в таком положении начинает движение до конуса, встает, обегает ее и возвращается к команде, передает эстафету следующему игроку, который принимает исходное положение и начинает движение.

VI. Условия подведения итогов

Победитель в параллели определяется по наименьшей сумме очков-мест, набранной во всех эстафетах программы «Веселые старты».

VII. Награждение

Победитель и призеры в параллелях награждаются грамотами.