



Утверждаю:

и о директора МБОУ «Школы №85»

Кирьянова Л.Н.

2020г.

Положение  
о проведении спортивного мероприятия  
«Веселые старты»

**1. Цели и задачи:**

Цель: формирование здорового образа жизни, повышение социальной активности и укрепления здоровья учащихся, приобщение их к физической культуре как составному элементу общенациональной культуры.

Задачи:

1. Пропаганда здорового образа жизни
2. Формирование жизненно — важных прикладных умений и навыков
- 3.Приобретение соревновательного опыта и выявление сильнейших игроков с последующим участием их в соревнованиях разного уровня.

**2. Сроки и место проведения:**

Мероприятие состоится 20.11.2020г. начало в 9:00 в спортивном зале школы.

**3. Руководство проведения соревнований:**

Общее руководство осуществляют преподаватели физической культуры.

**4. Участники соревнований:**

В соревнованиях принимают участие команды 5-х классов, учащиеся которых допущены к занятиям физической культурой и прошедшие инструктаж по технике безопасности. Состав команды – 15 человек 8 мальчиков + 7 девочек (1 мальчик и одна девочка запасные ) под руководством классного руководителя.

**5. Программа соревнований:**

Из 6 эстафет

5.1 Программа соревнований (приложение 1)

**6. Определение победителей и награждение**

Победитель определяется по наибольшей сумме очков, набранных командами в каждом конкурсе.

## Приложение 1

### 1. Эстафета «Быстрые ноги»

Участники каждой команды строятся за общей линией старта в колонну по одному, в руках у направляющих эстафетные палочки. По сигналу направляющий в колонне выбегает из-за стартовой линии, бежит по прямой до поворотной стойки, обегает ее, возвращается к своей команде и передает эстафетную палочку следующему участнику, а сам становится в конец своей команды.

### 2. Эстафета «Космические полеты»

Каждая команда строиться за общей линией старта в колонну по одному Перед каждой колонной на расстоянии 15 м установлена поворотная стойка. У первого игрока в руках гимнастический обруч. По сигналу он надевает его на пояс и бежит вперед, обегает стойку, передает обруч следующему участнику. Побеждает та команда, участники которой быстрее вернуться в исходное положение.

### 3. Эстафета «Кто быстрее»

Инвентарь: обручи, кубики. Содержание и ход эстафеты: на полу на расстоянии 2 метра др. от др. лежат Зобруча. По сигналу руководителя первый бежит с кубиками и в каждый обруч кладет по кубику. Обегает конус возвращается, собирает кубики и передает их следующему участнику.

### 4. Эстафета «Кенгуру».

А сейчас вы превратитесь в кенгуру, и будете выполнять прыжки с мячом между ног. По сигналу играющие, стоящие первыми, зажав мяч между коленями, прыжками передвигаются к кегле стоящей в конце зала огибают её и так же возвращаются обратно.

### 5. Спортивная викторина. Командам необходимо ответить на вопросы.

1. Назовите родину Олимпийских игр? (Древняя Греция)
2. Чем награждали победителей Игр в Древней Греции? (Венок из лавровых листьев)
3. Кого не допускали к играм в Древней Греции? (Женщин, рабов)
4. Талисман Олимпийских игр в Москве? (медвежонок Миша)
5. Назовите все игры, оканчивающиеся на «бол». (Футбол, волейбол, баскетбол, гандбол, стритбол)
6. Откуда родом такие единоборства, как дзюдо, каратэ? (Япония)
7. Сколько всего таймов в футболе? (Два)
8. Обувь для игры в футбол. (Бутсы)
9. В каком виде спорта известны: Братья Кличко (Бокс) Анна Курникова (Теннис)
10. Исинбаева (лёгкая атлетика)
11. Алина Кабаева (Гимнастика) Павел Буре (Хоккей)
12. Во что одеваются каратисты? (В кимоно)
13. Высшее спортивное достижение, установленное спортсменом или командой, — это ... (Рекорд)
14. Как называются акробатические упражнения в воде? (Синхронное плавание)

### 6. Эстафета «Передал - садись!»

Команда строятся за общей линией старта в колонну по одному. Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 5 - 6 м становятся капитаны. Капитаны получают по баскетбольному мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч, этот игрок возвращает его капитану и приседает. Капитан бросает мяч второму, затем третьему и последующим игрокам. Каждый из них, вернув мяч капитану, приседает. Получив мяч от последнего игрока своей колонны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают.