

Согласовано

Заместитель директора по
организационно-массовой работе ЦДО
Е.В. Бутакова Бутакова 2023 г.



Утверждаю

Директор ЦДО

Г.Ф. Войтищенко Войтищенко

2023 г.

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении спортивных соревнований «Веселые старты»
в рамках городского социально-педагогического проекта
«Самый активный класс РДШ»

1. Общие положения

1.1. Настоящее Положение определяет порядок проведения спортивных соревнований «Веселые старты» (далее соревнования) в рамках городского социально-педагогического проекта «Самый активный класс РДШ».

1.2. Соревнования проводятся в соответствии с планом-графиком мероприятий в рамках городского социально-педагогического проекта «Самый активный класс РДШ» на 2022-2023 учебный год.

2. Цель и задачи соревнований

2.1. Целью соревнований является создание условий для приобщения школьников к систематическим занятиям физической культурой и различными видами спорта, а также осознанного выбора здорового образа жизни.

Задачи:

- популяризировать здоровый образ жизни;
- привлекать к занятиям физической культурой и спортом;
- воспитывать «командный дух».

3. Руководство проведением

3.1. Организатором соревнований является муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования» Каменск – Уральского городского округа.

3.2. Общее руководство по подготовке и проведению соревнований осуществляет координатор – Кайдаш Ирина Леонидовна, педагог-организатор Центра дополнительного образования.

4. Условия участия

4.1. В соревнованиях принимают участие команды пятых классов - участников проекта «Самый активный класс РДШ». Состав команды: 6 человек, из них 3 мальчика и 3 девочки.

4.2. Организатор соревнований имеет право на публичное доведение до всеобщего сведения результатов соревнований посредством размещения в сети Интернет.

4.3. Участие в соревнованиях в соответствии с настоящим Положением, означает согласие участников с условиями проведения соревнований и размещения итогов в сети Интернет.

5. Сроки и место проведения

5.1. Для участия в соревнованиях необходимо до 11 мая 2023 года до 15⁰⁰ подать заявку в формате Word (*Приложение 1*) в электронном виде на e-mail: Kaidash22@mail.ru (с указанием темы «Актив РДШ»).

5.2. Соревнования проводятся 16 мая 2023 года с 15.00 на территории МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 38» (ул. Прокопьева, 25). График соревнований будет составлен

на основании полученных заявок. График будет отправлен на адреса электронных почт, указанные в заявке не позднее 12 мая 2023 года.

6. Условия проведения

- 6.1. До начала соревнований каждая команда обязана предоставить организаторам допуск врача для школьников – участников соревнований (*Приложение 2*).
- 6.2. Программа комплексных эстафет (*Приложение 3*). Дистанция каждой эстафеты 15 метров.
- 6.3. Победители и призёры соревнований определяются по наименьшей сумме времени всех эстафет с учётом начисленных штрафных баллов, переведённых во временной показатель.

7. Судейская коллегия

7.1. В состав судейской коллегии приглашаются специалисты МБУ ДО «ЦДО», МАОУ «СОШ № 38».

7.2. Решение судейской коллегии окончательное, обсуждению и пересмотру не подлежит.

7.3. В итоговый протокол проекта «Самый активный класс РДШ» вносятся баллы: за первое место – 15 баллов, за второе место – 14 баллов, за третье место – 13 баллов, четвертое и пятое место – 12 баллов, шестое и седьмое место – 11 баллов, восьмое и девятое место – 10 баллов, с десятого места – 9 баллов.

8. Награждение

8.1. Победитель и призеры соревнований награждаются дипломами за I, II, III место, остальные команды дипломами за участие.

9.Контакты

9.1. Координатор соревнований: Кайдаш Ирина Леонидовна - педагог-организатор Центра дополнительного образования.

9.2. Контактные телефоны: (3439) 32-75-73, 8-909-000-19-05

9.3. Адрес: 623408, г. Каменск-Уральский, ул. О. Кошевого, 2

9.4. E-mail: Kaidash22@mail.ru.

9.5. Web: <http://cdoku.ru>

Приложение 1**ЗАЯВКА**

на участие в спортивных соревнованиях «Веселые старты»
в рамках городского социально-педагогического проекта
«Самый активный класс РДШ»

ОУ	Класс	Название команды	ФИО руководителя	Контактный телефон руководителя	Электронная почта

Приложение 2**ЗАЯВКА**

на участие в спортивных соревнованиях «Веселые старты»
в рамках городского социально-педагогического проекта
«Самый активный класс РДШ»

№ п./п.	Фамилия, Имя участника	Возраст участника	Школа, класс	Допуск врача к соревнованиям (печать, подпись)

Программа комплексных эстафет
спортивных соревнований «Веселые старты»

1. Эстафета «Змейка»:

Инвентарь: 5 конусов (кеглей) (на каждую команду).

На дистанции через равное расстояние (3 м) стоят 5 конусов (кеглей).

Участники команды стоят в колонне по одному на линии старта. По сигналу судьи первый участник команды начинает движение, обегает зигзагом все конусы (кегли), добегая до последнего конуса (кегли) огибает его и возвращается назад тем же способом, передает эстафету следующему участнику команды.

Следующий участник выполняет то же самое и т. д. Время фиксируется по последнему участнику.

Примечание: обязательна передача эстафеты, касанием рукой плеча игрока.

При задевании конуса (кегли), неправильной передаче эстафеты, начисляется по 1 штрафному очку, равному 1 сек.

2. Эстафета «Пингвины»:

Инвентарь: резиновый мяч диаметром 15-16 см весом 300-350 грамм – 1 шт., конус – 1 шт. (на каждую команду)

Команда стоит в колонне по одному в произвольном порядке у стартовой линии. По сигналу судьи первый участник-капитан команды начинает движение прыжками с мячом, зажатым между коленей в сторону противоположной линии. Достигнув противоположной линии и обогнув конус, обратно возвращается к своей команде бегом, держа мяч в руках, передает мяч из рук в руки следующему участнику и становится в конец колонны и так до тех пор, пока не окажется первым. Время фиксируется по моменту, когда последний участник команды пересечет линию финиша/старта.

Примечание: при потере мяча, движение нужно начинать с того места, где он выпал.

В каждом отдельном случае - потере мяча, неправильной передаче эстафеты, в том числе передаче эстафеты броском мяча, начисляются по 1 штрафному очку, равному 1 сек.

3. Эстафета «Гимнастика»

Инвентарь: 3 обруча (на каждую команду).

Участники команды стоят в колонне по одному у линии старта. На полу на равном расстоянии (5 м) друг от друга в очерченных квадратах лежат 3 обруча. По сигналу судьи первый участник команды начинает движение, добежав до первого обруча должен его «продеть через себя», затем двигаясь дальше, проделать то же самое с оставшимися 2-мя обручами. Обратно к своей команде участник возвращается бегом, минуя обручи и передает эстафету следующему участнику. Время фиксируется по моменту, когда последний участник команды пересечет линию финиша/старта.

Примечание: обязательна передача эстафеты, касанием рукой плеча следующего игрока.

В каждом отдельном случае неправильной передачи эстафеты или смещении обруча из квадрата начисляется 1 штрафное очко, равное 1 сек.

4. Эстафета «Сцепка вагонов»

Инвентарь: конус (кегля) – 1 шт. (на каждую команду).

Команда стоит в колонну по одному, в произвольном порядке у линии старта. По сигналу судьи первый участник команды бежит до конуса (кегли), оббегает его (её) и бежит обратно, берёт за руку второго участника, они вместе бегут до конуса (кегли), оббегают его (её) вдвоём и бегут обратно, берут за руку третьего участника и т.д., в конце эстафеты бегут всей командой. Время фиксируется по моменту, когда вся команда пересечёт линию финиша / старта.

Примечание: в случаях – если участники расцепили руки, не обогнули конус (кеглю) начисляются по 1 штрафному очку, равному 1 сек.

5. Эстафета «Бег со скакалкой»

Инвентарь: скакалки и конусы.

По сигналу судьи первый участник команды выполняет перепрыгивание через скакалку под каждый беговой шаг от стойки до стойки. Участник, прыгая через скакалку бежит к конусу и кладет рядом с ним скакалку, оббегает конус и возвращается к своей команде обычным бегом. Передача эстафеты осуществляется касанием руки второго игрока. Второй участник начинает эстафету с обычного бега, подбегает к конусу, берет скакалку и возвращается с прыжками на каждый шаг от стойки до стойки, затем добегая до стартовой линии передает скакалку.

Выполнение участниками задания «перепрыгивание через скакалку под каждый беговой шаг» должно в обязательном порядке проводиться от стартовой линии до стойки. В случае нарушения игроком условий эстафеты, он возвращается судьей обратно к стартовой линии для правильного выполнения эстафеты.

6. Эстафета «Переправа»

Между стойками натягиваются два каната. Каждый участник должен стоя на нижнем канате и держась за верхний переправиться от одной стойки до другой. Задание выполняется на время. Отсчет по последнему участнику.