

Управление образования администрации Ростовского
муниципального района Ярославской области

ПРИКАЗ

от 23.10.2019

№ 686

О проведении районной
Спартакиады «Шаг к здоровью»

В целях развития и популяризации физкультурно-оздоровительной и спортивной работы, пропаганды здорового образа жизни, привлечения к систематическим занятиям физкультурой и спортом детей младшего школьного возраста и в соответствии с планом районных мероприятий на 2019 – 2020 учебный год

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Провести районную Спартакиаду «Шаг к здоровью» со 02 ноября по 13 декабря 2019 года (по графику) среди обучающихся образовательных учреждений.
2. Утвердить положение о проведении Спартакиады (Приложение).
3. Утвердить состав Оргкомитета:
 - Смирнова Л.А., ведущий специалист управления образования администрации Ростовского МР;
 - Куликова С.А., директор МОУ ДО Центр внешкольной работы;
 - Беляева А.Н, заместитель директора МОУ ДО Центра внешкольной работы.
4. Контроль за исполнением приказа возложить на ведущего специалиста управления образования Смирнову Л.А.

Начальник управления
образования



Л.В. Груданова

Положение к приказу управления
образования администрации РМР
от 19.10.2019 № 686

**Положение
о проведении районной Спартакиады
«Шаг к здоровью»**

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение определяет порядок проведения районной Спартакиады среди обучающихся образовательных учреждений города и района «Шаг к здоровью» (далее – Спартакиада).

1.2. Данное мероприятие является командным первенством.

1.3. Общее руководство организацией Спартакиады осуществляет управление образования. Проведение Спартакиады осуществляет МОУ ДО ЦВР.

1.4. Цели и задачи:

- развитие и популяризация физкультурно-оздоровительной и спортивной работы;
- пропаганда здорового образа жизни, привлечения к систематическим занятиям физкультурой и спортом детей младшего школьного возраста;
- сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

2. Сроки, порядок и условия проведения Спартакиады

2.1. Спартакиада проводится среди сформированных команд начальных классов общеобразовательных учреждений, состав которых не более 10 человек (5 мальчиков, 5 девочек).

2.3. Спартакиада проводится в два этапа:

I этап - с 02 по 27 ноября 2019 года команды в своих ОУ проводят соревнование «Шаг к здоровью» (Приложение 2).

В общеобразовательных учреждениях соревнования проходят между параллелями начальных классов, состав команды 10 человек (5 мальчиков, 5 девочек).

II этап – с 02 по 13 декабря 2019 года. Представляет собой соревнования между командами-победителями общеобразовательных учреждений.

2.4. Разрешается замена участника команды, в случае болезни или других причин.

Участникам команд при себе иметь сменную обувь! Руководителям бахилы.

3. Сроки подачи заявок

Заявка на участие в финальном этапе подаётся **до 28 ноября 2019** года включительно в МОУ ДО ЦВР по эл. почте: pedagogi.organizatory@mail.ru с пометкой «**ШАГ К ЗДОРОВЬЮ**», согласно Приложению 1.

4. Контактная информация

Справки по телефону: 8(48536)6-39-56, 8 915 989 41 38 – Прохорова Анастасия Александровна, педагог-организатор МОУ ДО ЦВР.

5. Подведение итогов и награждения победителей и призёров

5.1. Итоги районной Спартакиады подводит судейская коллегия.

5.2. Подведение итогов финального (2 этапа) этапа производится непосредственно в день соревнований Спартакиады.

5.3. Победителями и призёрами Спартакиады становятся:

На первом этапе: команды, занявшие 1 место в образовательном учреждении проходят во второй этап Спартакиады;

На втором этапе: команда, занявшая 1 место среди образовательных учреждений становятся абсолютными победителями Спартакиады в своих возрастных категориях.

5.4. По итогам Спартакиады проводится награждение победителей. Команды, занявшие 1, 2, 3 места, награждаются грамотами управления образования администрации Ростовского МР.

Заявка на участие в районной Спартакиаде «Шаг к здоровью»

ОУ _____

Руководитель команды (ФИО полностью), контактный телефон
(обязательно) _____

Состав команды:

№ п/п	ФИО участника (полностью)	Дата рождения (полностью)	Группа/ класс	ФИО Руководителя, дата рождения (полностью), контактные данные	Заключение врача
1.					
2.					

Директор ОУ _____

МП

Рекомендации по проведению игр-эстафет для младших школьников

В играх-эстафетах преобладают следующие виды движений и их сочетания:

- 1) бег с метанием;
- 2) бег с подлезанием под различные снаряды и с перелезанием через препятствия;
- 3) бег с перепрыгиванием препятствий;
- 5) бег с переноской мячей, обручей и других предметов в сочетании с дополнительными движениями;
- 8) бег со змейкой между предметами;
- 10) передвижение различными способами по полу и спортивным снарядам.

В игры-эстафеты для дошкольников не рекомендуется включать:

- 1) акробатические кувырки вперед и назад;
- 2) бег по узкому буму или по узкой рейке гимнастической скамейки (возможна быстрая ходьба с подстраховкой);
- 3) лазанье по канату (при движении вниз дети соскальзывают и обжигают ладони);
- 4) бег до стены и ее касание (при неумении затормозить движение, особенно в азарте соревнования, могут быть удары о стену).
- 5) задания эстафеты должны быть одинаковы для всех участников команды (допустимы небольшие усложнения, например: один собирает – второй раскладывает и т.д.).

Усложнения игр-эстафет можно проводить следующим образом:

- 1) постепенно увеличить количество препятствий в игре;
- 2) изменить последовательность выполнения заданий;
- 3) изменить способы выполнения задания;
- 4) вводить дополнительные движения (хлопки, повороты, подпрыгивания вверх и т.д.);
- 5) менять величину и вес предметов;
- 6) усложнить взаимоотношения между детьми (передвижение парами, тройками и др.);
- 7) изменить исходное положение участников команд на линии старта (сидя, сидя «по-турецки», стоя на коленях, лежа на животе, стоя спиной к линии старта и др.);

Подведение итогов эстафеты.

При подведении итогов победа почти всегда присуждается команде, заканчивающей игру первой, несмотря на то, что она чаще других нарушала правила. Это вызывает справедливую обиду у дисциплинированных участников. Как устранить эти недочеты?

Желательно подбирать задания так, чтобы сама обстановка и условия игры обязывали игроков следовать правилам.

Эстафета “СОРЕВНОВАНИЕ КОВБОВ”

Первый участник надевает шляпу, садится верхом на “коня» (гимнастическую палку) и скачет до ориентира, возвращается к команде и передает эстафету следующему участнику.

Эстафета “Собери светофор”.

Дети быстро и правильно должны выложить на магнитной доске или на полу модель светофора. (Можно предложить кружочки разных цветов)

Эстафета «Лиса Алиса и кот Базилио»

Команда делится на пары. Один в паре- лиса Алиса, другой- кот Базилио. Лиса сгибает ногу и придерживает её рукой. Коту завязывают глаза. Алиса кладёт свободную руку на плечо коту, по сигналу эта парочка преодолевает эстафетное расстояние (небольшое).

Эстафета «Змей Горыныч»

Трое участников встают рядом кладут руки на плечи друг другу. По сигналу « Змей» начинает движение. Участники стоящие по бокам , должны выполнять движения руками, напоминающие взмахи крыльев. Добежав до финиша, тройка разворачивается, возвращается и передаёт эстафету следующим участникам.

Эстафета Кенгуру с детёнышем»

Участнику привязывают на уровне пояса сумку или пакет, в который кладут мяч, прыжками преодолевают дистанцию. Придерживать мяч руками нельзя. Важно, чтобы малыш не выпал из сумки.

Эстафета «Тараканьи бега»

В забеге участвуют два участника.

Один встаёт на четвереньки (не на колени), а второй обнимает его за талию. Всего 6 лапок. При такой конструкции надо постараться развить большую скорость.

Эстафета «Змея»

Для эстафеты устанавливают 5-6 стульев, их устанавливают на линии движения. Команда выстраивается в колонну по одному, кладут руки на плечи впереди стоящего и приседают на корточки. Задача: преодолеть расстояние, до ориентира огибая и не задевая препятствия.

Эстафета «Стрельба из лука»

Мишенью будет обыкновенное ведро, а луком - обыкновенный огородный лук. У финишной прямой раскладываются луковички, их число равно числу участников команды. По сигналу игроки бросают луковичку в ведро. Побеждает команда у которой большее количество луковичек достигло цели.

Эстафета «ПАУК»

В эстафете участвуют сразу 4 человека. Они встают спиной друг к другу, и сцепляются руками, согнутыми в локтях. Пауку необходимо быстро пройти дистанцию и вернуться обратно. Но двигаться необходимо по «паутинке» - начерченной на полу линии.

Эстафета «Бег в валенках»

Первый участник бежит в валенках до ориентира, снимает их и оставляет

валенки там, обратно возвращается без валенок. Следующий участник, бежит к ориентиру, надевает валенки и бежит обратно (необходимо учитывать покрытие, ноги не должны скользить).

Эстафета «Болото»

Участники команды делятся на пары: один переходит через «болото», наступая в лежащий на полу обруч, второй перекладывает обручи, прокладывая «дорогу через болото». При возвращении к месту старта участники меняются ролями.

Эстафета «КЕНГУРУ»

Ребенок зажимает между колен мяч и скачет до стойки и обратно. Затем передаётся мяч следующим игрокам, и встают в конец колонны.

Эстафета «Священного огня»

Дети делятся на две команды, строятся в 2 колонны перед линией старта. У впереди стоящих в руках «факелы». По сигналу дети с «факелами» бегут до ориентира, огибают его и, возвращаясь, передают «факел» следующему игроку. Выигрывает команда, закончившая эстафету раньше.

Игра-соревнование «Перетягивание в парах»

(для капитанов команд)

На полу параллельно друг другу раскладываются 2 длинных шнура (на расстоянии 30–40 см. друг от друга). Участвуют две команды. Дети обеих команд располагаются вдоль шнуров по парам, лицом друг к другу, взявшись за руки. По сигналу, дети начинают перетягивать партнера на свою сторону. Выигрывают дети, перетянувшие своего партнера за свой шнур.

Эстафета «ПЕРЕПРАВА»

Капитан команды сажает в «лодку» (обруч) второго игрока и «плывет» с ним на другой берег, сам оставляет его на другом берегу, возвращается за третьим, вместе переправляются на другой берег, и т. д.