

Управление образования администрации Ростовского
муниципального района Ярославской области

ПРИКАЗ

от 02.11.2023

№ 630

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

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Провести районную Спартакиаду «Шаг к здоровью» с 06 ноября 2023 года по 31 января 2024 года среди обучающихся образовательных учреждений города и района.

2. Утвердить Положение о проведении районной Спартакиады «Шаг к здоровью» (приложение).

3. Утвердить оргкомитет Конкурса в следующем составе:

- Митяева О.А., консультант отдела общего, дошкольного и дополнительного образования управления образования администрации Ростовского МР;

- Куликова С.А., директор МОУ ДО ЦВР;

- Беляева А.Н., заместитель директора МОУ ДО ЦВР;

- Прохорова А.А., педагог-организатор МОУ ДО ЦВР;

- Шаброва И.В., директор МОУ СШ г. Ростова (по согласованию).

4. Контроль за исполнением приказа возложить на консультанта отдела дошкольного, общего и дополнительного образования управления образования администрации Ростовского МР Митяеву О.А.

Начальник управления
образования



Л.В. Груданова

Л.В. Груданова

Приложение
к приказу по управлению образования
администрации Ростовского МР
от 02.11.2023 № 630

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. Спартакиада проводится управлением образования администрации Ростовского МР, МОУ ДО Центром внешкольной работы и МОУ СШ г. Ростова.

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. Общее руководство за организацию и проведение Спартакиады осуществляет управление образования администрации Ростовского МР. Непосредственное руководство за проведение возлагается на МОУ ДО Центр внешкольной работы.

2.2. Спартакиада проводится среди сформированных команд, состав которых не более 10 человек (5 мальчиков, 5 девочек).

2.3. Спартакиада проводится в два этапа:

I этап (школьный отборочный тур) - с 06 ноября по 15 декабря 2023 года команды в своих ОУ проводят соревнование «Шаг к здоровью».

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

II этап (финальный тур) - январь 2024 года. Представляет собой соревнования между командами-победителями образовательных учреждений в своей возрастной категории. О месте, дате и времени проведения финального этапа Спартакиады сообщим заранее в информационном письме по электронной почте.

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

**Участникам команд при себе иметь сменную обувь!!!
Руководителям - бахилы.**

1. Сроки подачи заявок

Заявка на участие в финальном этапе подаётся **до 22 декабря 2023** 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

4.1. Итоги районной Спартакиады подводит судейская коллегия.

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

4.3. Победителями и призёрами Спартакиады становятся:

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

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

4.4. 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, должность, контактный телефон (обязательно) _____

Состав команды:

№ п/п	ФИО участника (полностью)	Дата рождения	Класс	Заключение врача
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

Подпись
директора ОУ

М.П.

**Рекомендации по проведению игр-эстафет
для младших школьников**

В играх-эстафетах для дошкольников 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 луковицы, их число равно числу участников команды. По сигналу игроки бросают луковицу в ведро. Побеждает команда у которой большее количество луковиц 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.