

Отчет о проведении Всероссийского фестиваля «Веселые старты»

Великая ценность каждого человека – здоровье. Лучшая пропаганда здорового образа жизни – это занятия физкультурой и спортом. 20-25 февраля 2021 года на базе МБОУ «СОШ № 1 с. Валерик» прошел школьный спортивный праздник «Веселые старты». В этом замечательном мероприятии участвовало 9 команд.

Перед началом спортивного мероприятия все команды вышли на построение.

Открыла мероприятие и.о. директора школы, Татаева Арбият Докаевна, которая выступила с приветственным словом. Учителя физкультуры, поздравили учащихся с началом спартакиады, дали напутственное слово и познакомил с этапами спортивного мероприятия. Программа «Веселых стартов» была довольно насыщенной. Первым заданием было представление команд. Оно было задорным и рифмованным. Затем под чутким руководством учителей прошла разминка на все группы мышц. Командам были предложены занимательные, иногда очень непростые конкурсы с бегом, с мячами, с обручем, где они смогли проявить свои спортивные навыки.

В процессе спартакиады детям были предложены 7 видов эстафет:

1. Эстафета «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 (кегли), возвращаясь назад, тоже оббегает все конусы (кегли). Следующий игрок выполняет то же самое и т. д. Время фиксируется по последнему участнику, когда он встанет в колонну. Примечание: обязательна передача эстафеты, касанием рукой плеча игрока. При задевании конуса (кегли), не передаче эстафеты начисляется 1 штрафное очко, равное 0,1 сек.

2. Эстафета «Стремительные»: Участники стоят в колонне, у первого участника в колонне эстафетная палочка. В обруче напротив колонны на расстоянии 15 м стоит капитан. Первый участник бежит к капитану, передает эстафетную палочку и становится в обруч. Капитан, получив эстафетную палочку, бежит к своей команде и т. д. Эстафета заканчивается, когда капитан вернется в обруч. При задевании и смещении обруча игроком, потере эстафетной палочки начисляется 1 штрафное очко, равное 0,1 сек.

3. Эстафета «Встречная эстафета»: Мальчики и девочки одной команды выстраиваются друг против друга. 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. При потере эстафетной палочки начисляется 1 штрафное очко, равное 0,1 сек.

4. Эстафета «Пингвины»: Команда стоит в колонну друг за другом в произвольном порядке. В одну сторону игроки передвигаются прыжками с мячом, зажатым между колен. Обратное - взяв мяч в руки бегом. Примечание: если мяч выпал, продолжать движение нужно с того места, где выпал мяч. Обязательно передача эстафеты, коснувшись рукой плеча следующего игрока. При потере мяча, не передаче эстафеты или передаче броском мяча, начисляется 1 штрафное очко, равное 0,1 сек.

5. Эстафета «Гимнастика» На полу на равном расстоянии друг от друга лежат 3 обруча. Каждый участник команды должен, подбежав к лежащим на полу обручам, «продеть через себя» обруч. Возвращение к команде - бегом по прямой, минуя обручи. Примечание: обязательно передача эстафеты, коснувшись рукой плеча следующего игрока. За не передачу эстафеты начисляется 1 штрафное очко, равное 0,1 сек.

6. Эстафета «Скакалка» Команда стоит в колонну друг за другом в произвольном порядке. Каждый участник бежит, вращая скакалку вперёд и прыгая через неё, при возвращении повторяя то же самое. Передаёт скакалку в руки следующему участнику. Примечание: оббегая ориентир скакалку не вращать. При задевании скакалки участником, не передачу эстафеты начисляется 1 штрафное очко, равное 0,1 сек.

7. Эстафета «Навигатор» Перед участником на линии старта лежит набивной мяч, в руках - гимнастическая палка. Участник ведёт мяч палкой, как клюшкой, до поворотной отметки. Выполнив обводку поворотной отметки, аналогичным способом возвращается обратно. Примечание: при перемещении мяча запрещается делать по нему удары. Эстафета передается участником касанием ладони следующего игрока. При потере мяча участником (укатился за ограничительные линии), не передачу эстафеты начисляется 1 штрафное очко, равное 0,1 сек.

8. Эстафета «Сцепка вагонов» Первый участник команды бежит до конуса (кегли), обегает ее и бежит обратно, берёт за руку 2 участника, вместе бегут до конуса (кегли), оббегают ее вдвоем и бегут обратно, берут за руку 3 участника и т.д. бегут всей командой. В случае если участники расцепили руки, не обогнули конус (кеглю) начисляется 1 штрафное очко, равное 0,1 сек.

9. Эстафета «Каракатица» Участник принимает исходное положение (и.п.) - упор руками сзади, ногами вперёд, баскетбольный мяч лежит на животе. По свистку участник в таком положении начинает движение до конуса (кегли), встает, обегает ее и возвращается к команде, передает эстафету следующему игроку, который принимает исходное положение (и.п.) и начинает движение. Примечание: в случае если участник выронил мяч, он возвращает его в исходное положение с места падения мяча и продолжает выполнять задание.



Все этапы этого увлекательного соревнования проходили в напряженной борьбе. Болельщики и зрители следили за ходом событий и очень переживали.

Спортивный задор и желание добиться победы для своей команды захватывали членов команды настолько, что они не замечали происходящего

